

DHAMMAPADA

Versetetele Legii

(cu comentarii si precizari)

Traducere, cuvânt înainte, comentarii si note
de Jean Chiriac

Cuvânt înainte

Dupa cum am incercat sa arat si cu alta ocazie, omul modern a uitat definitiv care este scopul practicilor spirituale.¹ Sau mai precis el a desacralizat aceste practici pe care le putem ingloba in termenul generic de **yoga**, limitandu-le efectele la realizari din sfera vietii imediate.

Acest proces de desacralizare a practicilor spirituale explica de ce propaganda mediatica legata de practicile yoga urmareste aproape intotdeauna performante mondene, cum ar fi de pilda sporirea puterilor personale, controlul mintal exercitat asupra altora, intarirea eficientei in viata, ameliorarea starilor maladive, etc.

Aceasta mentalitate am numit-o narcisism spiritual, sau, reluand expresia foarte inspirata a lui Chogyam Trungpa: „materialism spiritual”. Ce este acest „materialism spiritual”? Faptul de a pune practicile spirituale la dispozitia eului, adica de a cauta profit la nivelul eului de pe urma acestor practici. Se pare ca aceasta atitudine este caracteristica majoritatii oamenilor de azi, **iar acest lucru se reflecta si asupra modului in care sunt expuse, prezentate si explicate tehnicile spirituale.**

Din aceasta perspectiva ni s-a parut natural sa explicam, apeland la conceptiile antice, care este autenticul scop al practicilor spirituale. Deoarece numai din aceasta perspectiva, a clarificarii tinte care se are in vedere, putem intelege si judeca sensul si calitatea textelor tiparite in acest volum.

Un text buddhist antic, care nu a fost inclus in canonul **Theravada** al buddhismului clasic, dar foarte interesant pentru contextul pe care il urmarim aici, reveleaza **scopul** practicii spirituale sub forma unui dialog intre regele Milinda si calugarul buddhist Nagasena. Lucrarea se numeste „Milindapanha” – „Intrebarile lui Milinda” – si a fost redactata catre inceputul erei noastre; ea a dobandit o mare autoritate asupra buddhismului din sud. „Este vorba de un soi de manual care prezinta ideile fundamentale ale buddhismului, destinat initial grecilor stabiliti in nord-vestul Indiei”.

²

Dupa ce aflam ca Nagasena si suita sa au fost omeniti cum se cuvine de rege, intram in miezul discutiei care debuteaza cu aflarea scopului. Mai precis, regele il intreaba pe calugar care este scopul practicii sale spirituale, care implica renuntarea la lume. Nagasena ii raspunde cu concizie:

- [Scopul este ca] durerea prezenta sa inceteze, ca nici una sa nu se mai nasca: iata scopul iesirii noastre din lume. Nirvana absoluta: iata scopul suprem.

Despre Nirvana s-a discutat, se discuta si se va discuta, fara indoiala, la nesfarsit. Deoarece, la drept vorbind, nimeni nu mai stie azi cu precizie ce vrea sa insemne termenul cu pricina.³ Opiniile sunt impartite, cu atat mai mult cu cat nihilismul buddhist, care pare sa transpara din conceptiile sale doctrinare, poate chiar prea lucide, nu convine publicului occidental de azi, fie ca e vorba de simpli cititori sau de experti in cercetarea religiilor. Acest termen va fi prezent insa si in textele publicate in

cartea de fata, si asuma sensul de „extinctie”. Aceasta „extinctie” care ne elibereaza de orice fel de suferinta, dupa cum o declara insusi Nagasena, este asociata de Buddha cu alte notabile realizari ca: pacea, intelegciunea, trezia...⁴

Dar indiferent de sensul pe care trebuie sa-l acordam cuvintului Nirvana⁵, este important ca am aflat care este scopul vietii spirituale dupa opinia traditiei: **suprimarea suferintei**. Si intrucat suferinta cea mai adanca este produsa de caracterul nepermanent al vietii, intr-un cuvint de moarte, este evident ca „suprimarea suferintei” implica intr-un fel sau altul **suprimarea mortii!**⁶

Nu este cazul sa comentam aici daca moartea poate fi intr-adevar suprimata, daca suprimarea ei include si conditia corpului – asa cum pare a rezulta din textele noastre – sau numai cea a spiritului. **Problema esentiala este de a intelege ca practica spirituala, fie ea buddhista sau de alta factura, nu urmareste altceva decat abolirea mortii, mentinerea in sens crestian!**⁷

In acest context al eliberarii de amenintarea mortii, de angoasa mai mult sau mai putin constienta care o insoteste, se inscrie si orientarea textelor prezentate de noi aici, si care se constituie intr-o lucrare celebra a buddhismului *theravada*: „Dhammapada”.

Cateva cuvinte despre aceasta carte:

Dhammapada, in traducere libera „Versetele Legii” (sau „Versetele Adevarului”), este una din scrierile celebre ale literaturii buddhiste vechi. Ea este cuprinsa in **Tripitaka**, „intreitul cos” de documente sacre, si este alcatuita din 423 de aforisme grupate in 26 de capitole, in functie de subiectele abordate.

Traducerea noastra a urmarit mai putin reproducerea literara a versetelor cat mai ales cea literala si mai precis cea *anagogica*. De aceea s-a bizuit nu atat pe textul scris, cat mai ales pe experienta spirituala traita si pe reflectia meditativa asupra nodurilor doctrinei. Iata de ce ea este insotita si de cateva comentarii personale care se straduiesc sa clarifice punctele neclare, tocmai datorita caracterului lor adesea ambiguu datorat atat unor inconsecvente doctrine⁸, cat si prejudecatilor moderne.

De subliniat ca „Versetele Legii” prezinta mai putin o doctrina in sensul curent de dogma, cat mai ales o suma de indicatii si sugestii practice care sa ne indrume pe calea eliberarii. Si acest aspect, mai degraba pragmatic, m-a determinat sa insist mai mult pe sensul si semnificatia textelor decat pe expresia lor literara.

1 Vezi in acest sens introducerea mea la lucrarea „Buddhism si psihanaliza”, AROPA, 1999.

2 Pierre Crepon, „Les Fleurs de Bouddha”, Albin Michel, 1991, p. 119.

3 Sau fiecare „stie” in propria sa maniera.

4 *Dhamma-Cakkavattana-Sutta*, cit. de Walpola Rahula, „L’enseignement du Bouddha”, Seuil, 1978, p. 124.

5 Pentru noi Nirvana s-ar putea traduce si prin starea de liniste si de seninatate care se instaleaza in fiinta celui care si-a materializat intregul potential vital.

6 Sau a efectelor mortii asupra eului nostru.

7 S-ar putea obiecta acestei afirmatii faptul ca in India, cu credinta ei in reincarnare, problema mortii nu se putea pune cu intensitatea de azi. Totusi, moartea, angoasa mortii, revin adeseori in textele prezentate in aceasta carte. Nu stim care este motivul acestei inconsecvente si nu putem infera decat

ideea ca doctrina buddhista, care a negat caracterul permanent al sufletului (atman), a creat o criza existentiala fara precedent in mentalitatea hindusa antica, o criza asemanatoare cu cea a omului modern.

8 In literatura buddhista, ca si in cea crestina, exista o multime de inadvertente datorate diversitatii scrierilor, datelor la care au fost compuse si orientarilor doctrinare. Exista insa elemente comune care revin, chiar daca cu semnificatii sensibil modificate, de-a lungul si de-a latul acestor scrieri. Am preferat sa nu semnalam aceste modificari si am lasat textul sa curga ca si cum ar fi avut o structura unitara. Speram ca cititorul sa tina cont de aceasta imprejurare.

01. Perechile

1.

Toate lucrurile provin din minte. Totul se naste din minte si este format de minte.

Daca cineva graieste si faptuieste cu nepricepere, este urmarit de suferinta la fel de sigur ca si roata care urmeaza animalul de povara ¹.

2.

Toate lucrurile provin din minte. Totul se naste din minte si este format de minte. Daca cineva graieste si faptuieste cu pricepere ², fericirea il urmeaza la fel de sigur ca si umbra sa.

3.

"M-a ofensat, maltratata, oprimit, ridiculizat", daca cineva hraneste asemenea ganduri, ura nu-l va parasii niciodata ³.

4.

"M-a ofensat, maltratata, oprimit, ridiculizat" daca cineva alunga asemenea ganduri, ura il va parasii si ea.

5.

Niciodata ura nu este curmata prin ura, numai bunavointa conciliaza: aceasta este legea imuabila.

6.

Oamenii nu observa de fel ca rabdarea ne face rabdatori; dar daca cineva o stie si pricepe ca asa stau lucrurile, pentru el inceteaza orice conflict. ⁴

7.

Daca cineva urmareste placerile simturilor, intoxicat, orbit de ele, necumpanat la mancare, trandav, las, inactiv - moartea il insfaca asa cum furtuna ia pe sus un arbust mititel.

8.

Daca cineva vede in toate suferinta si mizerie, ⁵si, constant, isi stapaneste simturile, cumpanat la mancare, ferm, virtuos - moartea ramane neputincioasa cu el, ca uraganul cu stanca.

9.

Daca, fara a fi vindecat de setea arzatoare, cineva imbraca roaba portocalie (*kesa*) si este departe de adevar si de renuntare ⁶, el este nedemn de straiile calugaresti ⁷.

10.

Daca cineva s-a vindecat de setea arzatoare, bine asezat in disciplina comunitatii, fidel adevarului si renuntarii, el este demn de roba portocalie.

11.

Daca cineva ia irealul drept real si realul drept ireal, stapanit de iluzie, nu va atinge niciodata realitatea. ⁸

12.

Daca cineva recunoaste realul ca real si irealul ca ireal, stapanit de intelepciune, el va atinge fara doar si poate realitatea.

13.

La fel cum se scurge ploaia intr-o casa fara acoperis, tot asa se infiltreaza pofta in mintea nepazita.

14.

La fel cum ploaia nu poate sa patrunda intr-o casa bine acoperita, tot astfel nu poate penetra pofta intr-o minte bine pazita ⁹.

15.

El sufera aici, dincolo si dincolo ¹⁰ - omul rau sufera. Buimacit de remuscari, el este cuprins de spaima in fata faptelor sale rele ¹¹.

16.

Fericit si aici si dincolo - omul drept este fericit. Seninatate vesela, el este cuprins de bucurie contemplandu-si faptele bune.

17.

Suferind aici, suferind dincolo, aici si dincolo; raufacatorul sufera. Buimacit el se vaicareste: "Vai, am comis numai nelegiuiri", iar lamentarile lui sporesc in lumile suferintei.

18.

Fericit aici, fericit dincolo, si aici si dincolo. omul drept este fericit; bucuros el exclama: "Am faptuit cum se cuvine" iar lumile fericirii i se deschid.

19.

Chiar daca cineva pronunta cele mai minunate cuvinte, dar, din indolenta, el nu le practica, el nu a realizat ascetismul ¹²; la fel cum boarul care are in pastrare recolta eltora nu o poseda el insusi.

20.

Chiar daca cineva a pronuntat putine cuvinte minunate, dar s-a daruit trup si suflet invataturii,

mort pentru toate poftele, pentru ura si iluzie, perspicace, cu mintea libera, atasat nici aici si nici dincolo,¹³ acela a realizat ascetismul.

¹ In buddhismul clasic, *Theravada*, mintea ocupa un loc esential. Dar ce trebuie sa intelegem prin cuvantul "mintea"? Intellectul, inteligenta, capacitatea reflexiva. De aceasta capacitate de inclinatia de a reflecta este legata, cum se va vedea, si apologia treziei, a vigilenței, etc.

² Priceperea si nepriceperea sunt cheile faptelor noastre si a efectelor pe care le antreneaza ele. Pentru mentalitatea hindusa, inclinata spre obscurantism si misticism, o asemenea conceptie trebuie sa fi avut un rasunet echivalent cu efectul unui devastator cutremur de pamant.

³ Ideile creeaza stari si sentimente corespunzatoare, reactii interioare. Sentimentele noastre nu sunt creatiile unor entitati mistice ci efectele gandurilor noastre.

⁴ Conflictul se nasc, si dispar, ele vin si pleaca de la sine. Daca ai rabdare suficienta, atunci stările conflictuale se destrama de la sine, deoarece atat universul fizic cat si cel psihic se afla intr-o continua transformare.

⁵ Adica, el vede ca totul este una, ca nu exista nici o deosebire de sens si valoare, ca lucrurile sunt supuse deopotriiva legii destramarii si mortii. Prin urmare, el nu-si doreste nimic mai mult decat i se ofera in chip natural, fara efort. Sa amintim aici cuvintele Ecclsiastului: totul este zadarnicie.

⁶ "Adevarul" este Legea, *Dhamma*, sau doctrina buddhista.

⁷ De subliniat faptul ca individul este obligat sa-si fi potolit "setea arzatoare" inainte de a se fi dedicat vietii monahale. Sau viata monahala este echivalenta (incepe o data) cu potolirea setei.

⁸ Aici "realitate" in sensul de existentul pur.

⁹ Omul este supus tot timpul influentelor informationale din mediul in care traieste. El este pur si simplu contaminat de impresiile perturbatoare care il invadeaza din afara. De aceea este nevoie sa fie stapan pe mintea sa, sa nu se lase tulburat de influentele care il asediaza din lumea inconjuratoare.

¹⁰ Adica si in aceasta lume si in celelalte lumi.

¹¹ "Omul rau" nu este totuna cu omul imoral. Pentru ca atunci n-ar mai fi "buimacit de remuscari". Remuscarile il cuprind pe omul care nu este stapan pe mintea sa, pe sine. Care este locul ambivalentelor legate de influentele induse de impresiile provenite din exterior. Acesta este turmentat continuu de obsesia ca nu a facut corect ce trebuia facut...

¹² Ascetismul inseamna a-ti conforma gandirea, vorbirea si purtarea.

¹³ Problema atasamentului este centrala si in buddhism ca si in yoga sau taoism. Dincolo de influentele mutuale ale doctrinelor in discutie, trebuie sa intelegem neatasamentul ca o forma de "lacher prise", de de-conectare sau, in termeni mai comuni, de detasare care se opune incrancenarii. Desigur ca detasarea se aplica in buddhism si intr-o maniera *ad literam* si traduce o viata traita ascetic la adăpost de perturbatiile lumii inconjurătoare, care merge chiar pana la renuntarea la lume. Nu stim daca aceasta ultima forma de detasare are sau nu un caracter excesiv.

02. Vigilenta

21.

Vigilenta conduce la starea fara de moarte, neglijenta - la domeniul mortii Cei care sunt vigilenți nu mor - neglijenții sunt ca si cadavre.

22.

Constienti cu desavarsire, pretutindeni si mereu, inteleptii cu mintea vigilenta se bucura, fericiți si siguri ca vor atinge beatitudinea.

23.

Cei a caror minte este absorbita, constant, care lupta fara ragaz, care triumfa cu cumpatare, realizeaza incomparabilul: extinctia, suprema fericire ¹⁴.

24.

Cei a caror energie este treaza, cei care au o constienta clara, circumspecti, fara pata, puri, stapani pe sine, puternici, fideli in practica, vigilenți, aceia isi vor realiza propria lor excelenta. ¹⁵

25.

Printr-un curaj cutezator, si minte vigilenta, prin stapanire de sine si renuntare, creeaza-ti, o, inteleptule, o insula pe care nu o vor cufunda talazurile.

26.

Nechibzuitii se abandoneaza fara lupta, neglijentei; Dar inteleptul isi pastreaza vigilenta ca pe darul sau cel mai de pret.

27.

Nu va lasati in seama nepasarii, nu urmati placerea simturilor. Calugarul absorbit in sine sa este aproape de fericirea suprema. ¹⁶

28.

Inteleptul care, prin curaj si prin puterea vigilentei sale, s-a eliberat de ingrijorare, priveste, de la inaltimea intelepciunii, fara suferinta, aceasta lume de suferinta; tot asa cum cel care a atins culmea unui munte ii priveste pe locuitorii vailor de jos, la fel si inteleptul contempla cu mintea invincibila nesabuitii si nebuniile lor.

29.

Reflexiv printre nehibzuiti, treaz printre adormiti, tot asa cum un armasar de sange nobil depaseste in viteza o biata gloaba, la fel si inteleptul umbla lasand totul in urma.¹⁷

30.

Prin vigilenta, Manghava, stapanul zeilor, si-a asigurat locul cel dintai. Vigilenta este venerata – neglijenta, dispretuita.¹⁸

31.

Calugarul care se bucura de curaj fara margini recunoaste primejdia indiferentei si resimte fiecare din legaturile existentei, subtila sau grosiera, ca o flacara devoratoare.

32.

Calugarul care se bucura de curaj fara margini recunoaste primejdia indiferentei . Scapat din nepermanenta – el este aproape de extinctie.

¹⁴ Paradoxal, *extinctia* nu este egala cu *chietismul* , cu cautarea pacii si linistii interioare. *Nirvana* nu este fructul contemplatiei si al inactiunii intr-o asceza mortifiera asa cum isi imagineaza toata lumea. „Fericirea suprema” pe care o propune Buddha este cea a sufletului eliberat de povara dorintelor si presiunilor interioare. Iar aceasta *eliberare*, care este insasi esenta vietii monahale, se realizeaza mai degraba prin *catharsis*.

¹⁵ „Excelenta” in sensul de ceea ce este specific si unic unui suflet.

¹⁶ Din nou ideea clara ca trebuie sa fii orb si mut la influentele care parvin din exterior. Inteleptul este absorbit in sinea sa si ramane inert la stimularile lumii exterioare.

¹⁷ Inteleptul nu se sinchiseste de toate aceste exemplare umane care sunt traite de viata fara sa o stie.

¹⁸ Maghava este un *Chakravarti* sau cel mai important monarh al universului uman. El domneste asupra unei sectiuni specifice a celor trei lumi, si anume asupra *Bharat*-ului.

03. Mintea

33.

Inteleptul isi redreseaza mintea agitata si dispersata, dificil de imblanzit, dificil de condus, precum arcasul isi potriveste sageata.

34.

Tot asa cum pestele momit afara din apa se zbate, la fel si mintea freamata de teama si angoasa mortii.¹⁹

35.

Mintea usuratica, anevoie de stapanit, instabila, cauta intotdeauna placerea. Este bine sa imblanzesti mintea impetuasa; imblanzita, ea asigura fericirea.

36.

Mintea atat de dificil de sesizat. atat de adanc ascunsa, sclava voluntara a tuturor dorintelor, trebuie stapanita, o inteleptule, caci, bine temperata, asigura fericirea.

37.

Mintea bate campii, divagheaza, ea este necorporala, ascunsa inauntru. Cel care poate sa o stapaneasca se elibereaza de taramul mortii.²⁰

38.

Mintea instabila si dispersata, ignorand adevarata doctrina, care indrageste sa fie flatata, nu va fi niciodata apta pentru intelepciune.

39.

Mintea eliberata de pofta devoratoare, eliberata de orice forma de pasiune, dincolo de bine si de rau, treaza, nu mai cunoaste teama.²¹

40.

Priveste acest corp in care tu iti pastrezi mintea ca inr-un fort, ca un vas de argila. Cu razele intelepciunii, alunga moartea: invingeo pentru totdeauna si ramai inaccesibil.²²

41.

Curand acest trup va zace la pamant, inconstient, abandonat, respingator ca o ruina.²³

42.

Ceea ce ii poate face vrajmasul vrajmasului, ceea ce maniosul pune la cale prin manie, nu este nimic in comparatie cu nefericirea atrasa de mintea celui dedicat raului.

43.

Fericirea pe care ti-o pot oferi tata, mama, parintii si amicii nu este nimic in comparatie cu fericirea adusa de mintea celui care s-a dedicat binelui.²⁴

¹⁹ Daca la inceput mintea era cea care producea totul, ea era pricina sentimentelor noastre diverse, acum ea se afla la dispozitia sentimentelor.

²⁰ Mintea este privita aici ca un principiu vital. ca insasi garantia vietii individului, de aceea se cere stapanita.

²¹ „Dincolo de bine si de rau” evoca desigur planul anomiei. O asemenea minte se guverneaza singura, insensibila la influentele mediului, bazandu-se pe propria ei vointa si pe propria ei experienta.

²² „Vasul de argila” este perisabil. De aici ideea ca trupul, comparat cu vasul de argila nu subzista. Dar mai exista si o alta idee: vasul este ceva ce cuprinde altceva. Iar ideea de a cuprinde, de a vedea care contine totul, are antecedente interesante in daoism.

²³ Corpul este perisabil.

²⁴ De remarcat cat de mult difera aforismele 42 si 43, care opereaza cu notiunile de bine si de rau, de aforismul 39, care insista pe „dincolo de bine si de rau”. Explicatia ar putea fi ca, aici, „binele” se refera mai putin la o atitudine morala cat mai ales la o maniera corecta, avizata, de a actiona.

04. Florile

44.

Cine va invinge aceasta lume, acest taram al mortii, cu multimea lui de zei? Cine va culege oare nestematele adevarului, asa cum un nobil culege flori?

45.

Cel care se straduiește in invatatura va triumfa asupra acestei lumi, acest taram al mortii, cu multimea lui de zei. Cel care se straduiește in invatatura, va culege nestematele adevarului, asa cum nobilul culege flori.

46.

Considera corpul tau o spuma efemera; considera existenta lui un miraj; rupe sagetile inflorate de suveranul mortii, scapa puterii lui.

47.

Omul care se ataseaza de placeri ca si atunci cand intarziem la culesul florilor, este surprins si cuprins de moarte, fara mila, ca si un sat adormit, de un torent dezlantuit.

48.

Omul care se ataseaza de placeri ca si atunci cand intarziem la culesul florilor este surprins si cuprins de moarte chiar mai inainte de a se fi saturat de ele. ²⁵

49.

Asa cum albina culege nectarul din florile dulci si, multumita, zboara mai departe, la fel di calugarul trebuie sa umble si sa-si castige hrana. ²⁶

50.

Nu te ocupa nici de greselile si nici de aberatiile celorlalti si nici de ceea ce au comis sau au omis sa faca ei. Stapaneste-ti inima, observa ce ai comis sau ai omis tu insuti.

51.

La fel ca o floare superba, inflorita, frumos colorata, dar lipsita de parfum, tot astfel cuvantul de duh ramane fara efect daca nu este insotit de fapte.

52.

Ca o floare superba, inflorita, frumos colorata, la fel si cuvantul de duh devine eficace atunci cand este insotit de fapte.

53.

La fel cum putem impleti ghirlande de flori dintr-un manunchi cu flori, tot astfel, cat traieste, muritorul trebuie sa acumuleze numeroase fapte bune.²⁷

54.

Parfumul celor mai frumoase flori, chiar si cel al santalului, nu poate sa mearga impotriva vantului; dar parfumul intelepciunii penetreaza insusi uraganul, caci renumele nobililor se raspandeste peste tot.²⁸

55.

Parfumul santalului si cel de tamaie, al lotusului si al iasminului, este cu mult depasit de parfumul virtutii.

56.

Parfumul de tamaie si de santal nu se raspandeste pe o distanta prea mare, in timp ce parfumul virtutii se ridica deasupra tuturor zeilor.

57.

Urma celor perfect realizati, care se poarta adanciti in cugetare si virtuosi, ramane ascunsa suveranului mortii.

58-59.

Asa cum lotusul pur si placut mirositor se inalta dintr-un morman de scarna de pe malul drumului, tot astfel in mijlocul lumii confuze straluceste, mai presus de toti netotii, in intelepciunea sa luminoasa, calugarul care a atins deplina trezie.

²⁵ Ne-am putea intreba desigur ce legatura poate exista intre cultivarea placerilor si moarte? Aceasta sentinta seamana mai degraba cu o condamnare la moarte de pe pozitia unui ascet inrait. Totusi, comparatia evoca faptul ca in cultivarea placerii omul staruie mai mult.

²⁶ Un sens interesant reiese si din aceasta cugetare. Albina culege mierea si nu intarzie mai mult decat este necesar la floarea cu pricina. Ea isi ia zborul catre o alt floare si asa mai departe. Se pare ca textele noastre nu resping placerea in totalitatea ei, ci numai faptul de a te crampona, atasa, de placere. De a ramane cumva fixat de ea, cam tot asa cum *fixatia la trauma*, in teoria psihanalitica, presupune o reiterare continua a simptomelor morbide, un soi de incarcerare in universul nevrotic.

În alt context, exemplul albinei poate ilustra și ideea că ceea ce rămâne în fond este „caracterul” albinei, care o determină să culegă nectarul, și nu exercitiul trecător al experienței de a culege nectarul dintr-o floare anume.

²⁷ Aici este prezentă fără îndoială o aluzie la o viață morală efectivă.

²⁸ Problema răspândirii renumelui ascetului este fără îndoială cât se poate de lămurită. Și ne întrebăm ce caută ea într-un „manual” de înțelepciune buddhistă?!

05. Nesabuitul

60.

Lunga este noaptea pentru cel care veghează, lung este drumul pentru cel ostenit; lung eate sirul de renasteri pentru nesabuitul care falsifică adevărul. ²⁹

61.

Dacă nu întâlnești pe drumul tău un om care să-ți fie superior sau egal, mai bine ia-ți inima-n dinți și calătorește singur; nu trebuie să te însoțești cu un netot.

62.

„Am copii, am nestemate”: astfel gândește nechibzuitul, mintea confuză. Pentru că el nu se posedă nici măcar pe el însuși, și cu atât mai puțin pe copii și pe bogații.

63.

Nesabuitul care își recunoaște nebunia este, în adevăr, înțelept. Dar nesabuitul care se crede înțelept este fără îndoială nebun de-a binelea.

64.

Dacă nesabuitul ar rămâne alături de un înțelept întreaga sa viață nu ar înțelege nimic din adevăr; ca și polonicul care nu poate gusta supă.

65.

Dacă un nesabuit vede un înțelept o singură clipă, el va pricepe îndată adevărul; tot așa cum limba gustă supă.

66.

Nesabuitii, iluzionații ³⁰ se sufocă singuri; acumulând nemeritele acțiunilor lor rele, ei culeg fructul amar al nebuniei lor.

67.

Fapta care curând ne tulbură și al cărei fruct îl culegem cu lacrimi amare, nu este una bună. ³¹

68.

Bună este acțiunea care nu aduce nici un regret, și al cărei fruct este cules cu bucurie și seninătate.

69.

Nesabuitul nu se gandeste decat la satisfactia momentana, atata vreme cat ratacirile sale nu au produs fruct; dar cand apar efectele el este condamnat la suferinta.

70.

Chiar daca ar manca numai o singura data pe luna cantitatea de hrana care poate fi asezata pe varful unui fir de iarba, nesabuitul nu ar obtine nici macar o catime din penetrarea inteptului care intelege profund lucrurile.³²

71.

Actiunile rele nu se transforma de indata ca laptele care s-a prins; dar ele subzista ca un foc care mocneste pe sub cenusa, si mai tarziu il devoreaza pe netot.

72.

Pentru nesabuit cunoasterea si renumele nu sunt decat pricina de nefericire; ele ii distrug bucuria si pot chiar sa-i piarda capul.

73-74.

Multi calugari sunt sedusi de favorurile multimii, multi calugari sunt momiti de onoruri, de autoritatea din mănastiri si de veneratia laicilor. „Intr-adevar, eu m-am realizat, si vreau sa stie toata lumea, calugari si laici; voiesc ca toata lumea sa fie pretutindeni si totdeauna la ordinele mele”: aceasta este dorinta netotului care pofteste, orgolios, la nesfarsit.

75.

Calugarul buddhist care a priceput ca unul este drumul care duce la bogatiile mondene si altul care duce la *Nirvana*, ramane indiferent la toate onorariile si se dedica singuratatii.

²⁹ Buddhismul accepta sau nu accepta incarnarea? Este o intrebare pe care am putea-o repeta la nesfarsit fara a obtine un raspuns concludent. Insa, aici se pare ca se confirma credinta in reincarnare numai ca ea este privita ca o sursa de suferinta. Sa fie oare un compromis intre credinta in reincarnare a hinduismului si nihilismul buddhist?

³⁰ Cei care pun mult pret pe familie, pe bunuri, pe onoruri, etc.

³¹ Este esentiala aceasta subliniere. Intelegem astfel, clar, ca ideile de bine si de rau nu au un caracter moral in *Dhammapada*. Ele se refera, asa cum am mai aratat, deja, la calitatea actiunii in sensul de eroare si nu de imoralitate. Adica o actiune poate fi gresita in relatie cu imprejurarile si nu imorala, in relatie cu un cod de valori social. Altfel spus o fapta poate fi cotata drept buna sau rea in functie de efectul ei psihologic asupra noastra si nu de conformarea la rigorile cenzurii morale sociale care decide ce este bine si ce este rau.

Totusi, in masura in care cenzura morala, asa cum arata psihanaliza, este inclusa in mentalul individului, pare limpede ca mustrarile sau satisfactiile pe care le resimtim dupa ce am faptuit raman din nou la latitudinea si aprecierea eticii colective. De aceea este nevoie de minte, de judecata, de reflectie, asa cum insista Dhammapada, pentru a discerne cum se cuvine ce si cum in privinta calitatii faptelor noastre.

³² Restrictia alimentara nu este un operator spiritual. Ea nu garanteaza dobandirea intelepciunii.

06. Inteleptul

76.

Considera-l pe cel care cunoaste ce e nobil, pe cel care isi cantareste cuvintele, ca pe unul care iti dezvaluie o comoara, onoreaza-l ca pe un intelept; venerand un asemenea om, tu vei culege fericirea si nu nefericirea.

77.

Invatatura sa este corecta, sfaturile sale sunt intelepte, disciplina comunitatii este pastrata de el in starea ei pura, omul drept il considera un prieten, omul nedrept – un vrajmas.

78.

Nu frecventa un anturaj rau, nici fiintele vulgare; pretuieste-i pe cei nobili, asociaza-te cu spiritele elevate.

79.

In fericirea adevarului, senin, vesel, cu mintea purificata, indreptata spre scopul just, in fericirea perfecta a doctrinei, inteleptul salasluieste multumit.

80.

Taranul sapă canale pe câmp, armurierul forjează săgeți, tâmplarul lucrează lemnul, dar inteleptul se perfecționează pe sine.

81.

Asa cum stanca masiva ramane neclintita in furtuna, la fel si inteleptul ramane imperturbabil in fata blamului ca si in fata laudei.

82.

La fel cum un lac adanc, limpede si transparent este penetrat de lumina, tot astfel mintea inteleptului este iluminata de enuntul doctrinei pure.

83.

Inteleptii merg pretutindeni, linistiti; ei nu exprima niciodata vreo dorinta; atinsi de fericire sau loviti de nefericire, cuvintele lor nu se schimba.

84.

Nu dori nici pentru tine, si nici pentru altul copii, bogatie, putere; nu dori sa obtii succesul in detrimentul altora; fii drept, virtuos, constant, intelept.

85.

Foarte putine fiinte traverseaza curentul lumii pana la celalalt mal; celelalte nu fac decat du-te-vino pe acest mal.

86.

Dar cei care cauta adevarul, aceia care urmaresc unicul scop, scopul adevarului bine transmis si clar recunoscut, aceia traverseaza acest tinut, acest imens curent de patimi.

87.

Indiferent la vulgaritate, inteleptul se dedica unei vieti nobile; atras de singuratate, de aceasta fericire de care nu te poti bucura prea lesne, el abandoneaza caminul pentru viata de calugar cersetor.

88.

Eliberat de pasiunile devoratoare, de orice dorinta, cu o vointa fara cusur, cu mintea detasata, iata cum este sfantul: in el s-a stins orice foc.

89.

Perfectiunea suprema implinita, mintea biruitoare, umbland, dezlegati de orice dorinta, traindu-si ultima lor viata, radiind minunatia treziei: acestia au atins Nirvana in aceasta lume.

07. Sfantul, eliberatul

90.

Cel care a terminat calatoria ³³, care a invins durerea, care s-a eliberat de toate existentele, care a scapat din orice constrangere ³⁴, acela s-a eliberat de suferinta.

91.

Cel care are o minte elevata isi paraseste isi paraseste cu dezgust caminul; asa cum lebada evita mlastina, tot astfel el isi abandoneaza si casa si bunurile.

92.

Urma celui care a renuntat la tot, a celui care stie exact ce este hrana, care, eliberat, cauta vidul ³⁵, inefabil, este la fel de greu de urmarit ca si cea a pasarii in azur.

93.

Urma celui care s-a stins fata de toate iluziile, care s-a detasat de hrana, care, eliberat, cauta vidul, inefabil, este la fel de greu de urmat ca si cea a pasarii in azur.

94.

Linistitul, ale carui simturi sunt la fel de calme ca si caii bine struniti, eliberat de trufie, stins fata de toate iluziile, il invidiaza pana si zeii.

95.

Cel care, ca si pamantul, nu se revolta niciodata si este la fel de impasibil ca si un prag, calm ca un lac limpede; pentru el nu mai exista renastere.

96.

Cu mintea senina, vorba calma, fapta pasnica, intelepciunea perfecta, eliberat: el a atins pacea.

97.

Cel care nu da doi bani pe viata conjugala, care cunoaste imperisabilul, a renegat perisabilul, a neantizat spatiul si timpul: vindecat de vointa³⁶ (care a renuntat la voia lui), eliberat, el este cu adevarat perfect.

98.

Fie ca este vorba de un sat, de o padure, de o campie sau de un munte, locul unde s-a salasluit un eliberat este mereu un loc sublim.

99.

Delicioasa este singuratatea padurii temuta de multime; acolo, eliberatul, stins, gaseste fericirea, el care nu umbla dupa placerea simturilor.

³³ Este vorba de periplul sufletului care, dupa credintele hinduse, se reincarneaza intr-un lant nesfarsit de vieti.

³⁴ Obligatiile noastre omenesti actioneaza ca niste frane in calea realizarii plenare. Sfantul este eliberat de aceste „frane” si isi realizeaza autentica sa natura.

³⁵ „Vidul” este prezent nu numai in literatura filozofica buddhista ci si in taoism. Ideea de vid, care nu are nimic de-a face cu vidul fizic, sugereaza o anumita atitudine adoptata de cel care parcurge calea spirituala. Aceasta atitudine are calitatea de a cuprinde fara nici o diferenta toate manifestarile psiho-mentale ale personalitatii individului, care, neingradite, se pot exprima in chip spontan.

³⁶ Lipsit de ambitii.

08. Miile

100.

Un singur cuvânt care îi ofera pacea celui care îl aude este mai valoros decât o mie de cuvinte lipsite de sens și de scop.

101.

Un singur verset care ii daruie pacea celui care il aude are mai multa valoare decat o mie de versete lipsite de sens si de scop.

102.

Un singur cuvânt adevărat care ii da pace celui care il aude are mai multa valoare decat o suta de versete lipsite de sens si de scop.

103.

Cel care isi este siesi stapan este un erou cu mult mai mare decat cel care invinge sute de mii de oameni intr-o batalie.³⁷

104 - 105.

Mai minunata decat victoria pe un câmp de lupta este victoria asupra ta însuți; biruinta celui care isi este stapanul sau si ramane astfel, constant, nu va putea fi rapita nici de zei, nici de demoni, nici chiar de Brahma.³⁸

106.

A-l onora numai si o clipa pe cel care isi este siesi stapan are mai multa valoare decat de a distribui mii de daruri, lunar, vreme de un secol.

107.

A-l onora numai si o clipa pe cel care isi este stapan are mai multa valoare decat a te dedica cultului focului, în pădure, vreme de un veac.

108.

A face sacrificii si rugăciuni vreme de un an cu o minte interesata nu are nici o valoare; a-i venera pe cei virtuosi are o mare valoare.³⁹

109.

Cel care ii respecta sincer si ii veneraza pe cei care sunt demni de veneratie, acesta va capata patru binefaceri: viata lunga, fericire, frumuseti, forta.

110.

O singura zi de absorbtie a celui virtuos are mai multa valorare decat o suta de ani fara reflectie si virtute.⁴⁰

111.

O singura zi de absorbtie meditativa a celui intept are mai multa valoare decat o suta de ani fara reflectie si inteptiune.

112.

O singura zi de eforturi decisive are mai multa valoare decat o suta de ani lipsiti de efort si energie.

113.

O singura zi a unuia care recunoaste impermanenta intregii existente are mai multa valoare decat o suta de ani traiti in ignoranta futilitatii unei vietii obisnuite.

114.

O singura zi a celui care cunoaste biruinta asupra mortii are mai multa valoare decat o suta de ani traiti in ignorarea acestei eliberari.

115.

O singura zi ale celui care vede scopul suprem are mai multa valoare decat o suta de ani traiti in ignorarea acestui scop.

³⁷ Un nou verset care ne da de gandit. Aici stapanirea de sine nu trebuie privita neaparat ca retinere, infranare, etc., dupa modelul practicii virtutilor in crestinism. „Cel care se stapaneste pe sine” este cel care se cunoaste pe sine asa cum este in fapt, si de aici rezulta capacitatea sa de a se raporta la sine intr-o maniera conforma cu propria sa realitate...

³⁸ Vezi nota anterioara. aici apare si mai clara ideea ca omul nu trebuie sa se supuna stapanirilor, indiferent de natura lor. Singura armonie viabila este a omului care se cunoaste pe sine si se conformeaza siesi. Este aici desigur vizat „planul anomiei”, in care individul se auto-determina in experienta vietii sale.

³⁹ Din nou, „virtuosii” nu sunt cei plini de virtuti ci cei care au dobandit iscusinta spirituala asa cum am vazut mai sus.

⁴⁰ Aici virtutea este apropiata de reflectie dovedind ca sensul ei este strain ideilor etico-morale. „Virtutea” este o stare inefabila care se dovedeste din momentul in care devenim stapanii nostri. Atunci cand nici o alta autoritate nu mai impune vietii noastre un drum sau o orientare straine noua, realizam starea de eliberare absoluta (eliberare de constrangeri) si „virtutea” sau „taria”.

09. Răul ⁴¹

116.

Intoarce-te cu hotarare spre bine. Inchide-ti inima impulsurilor rele, caci faptuind indiferent binele vei mai inclina inca spre rau.

117.

Daca cineva a facut rau el trebuie sa se fereasca pe viitor si sa nu gandeasca la rau cu simpatie; caci raul arde ca un foc devorator.

118.

Daca cineva a facut bine, sa continue mereu astfel si sa aspire constant la asa ceva; caci virtutea perfecta ne face fericiti.

119.

Chiar si un raufacator se poate simti bine atata vreme cat actiunile sale rele nu s-au copt; dar atunci cand faptele rele s-au copt raufacatorul resimte nefericirea.

120.

Omul bun este nefericit atata vreme cat faptele sale bune nu s-au copt; dar atunci cand faptele sale bune s-au copt, omul bun resimte fericire.

121.

Nu judeca cu usurinta raul gandind: „Nu va avea nici un efect asupra mea”. Vasul se umple picatura cu picatura: tot astfel, actionand rau, incetul cu incetul se umple inima si spiritul nesabuitului.

122.

Nu judeca cu usurinta binele gandind: „Nu va avea nici un efect asupra mea”. Vasul se umple picatura cu picatura; tot astfel, actionand bine, incetul cu incetul se umple inima si spiritul inteleptului.

123.

Tot asa cum un negustor bogat transporta bogatii in abundenta, dar avand o escorta insuficienta evita drumurile pustii si periculoase; tot asa cum cel care iubeste viata se fereste de sageata otravita, la fel si tu fereste-te de rau.

124.

Daca mana ta nu este ranita tu poti atinge otrava fara nici o grija caci otrava nu poate patrunde intr-o mana sanatoasa; astfel raul nu afecteaza omul virtuos.

125.

Raul comis impotriva unui om drept, autentic, linistit, inocent, revine asupra nesabuitului care l-a proiectat, ca si tarana azvarlita in bataia vantului.

126.

Unii renasc pe pamant, cei rai in iad, virtuosii in lumea fericirii, cei care sunt neprihaniti realizeaza nirvana.⁴²

127.

Nici in aer, nici in adancimile oceanului, nici pe muntii cei mai salbatice, nicaieri in lume nu vom gasi un loc unde sa putem scapa de consecintele actiunilor noastre rele.⁴³

128.

Nici in aer, nici in adancurile oceanului, nici pe muntii cei mai salbatice, nicaieri in lume nu vom gasi un loc in care sa nu fim invinsi de moarte.

⁴¹ „Răul” trebuie privit aici ca „greseala”, „eroare”, iar fapta rea ca „actiune gresita”, eronata. Gresita in raport cu ce? In raport cu realitatea evenimentului sau situatiei. Vezi si introducerea noastra in acest sens.

⁴² Despre nirvana vezi introducerea noastra. Este important de retinut ca renasterea (in iad, in paradis, pe pamant etc.) nu ii mai afecteaza pe nirvanati. Avem aici o paralela intre credintele traditiei hinduse si conceptiile revolutionare ale buddhismului.

⁴³ Prin urmare, ascetismul care pretinde sa „purjeze” aceste consecinte actionand asupra spiritului sau corpului este iluzoriu. Vezi si nota de mai sus.

10. Durerea

129.

Toate fiintele se tem de durere, de durere, de moarte. Stimeaza-le asa cum te stimezi pe tine; nu chinui, nu ucide.

130.

Toate finnte se tem de durere, toate fiintele iubesc viata. Nu face altuia ce tie nu-ti place – nu chinui, nu ucide.

131.

Cel care chinuieste fara mila fiintele care, ca si el, doresc cu pasiune fericirea, nu va gadi nici el insusi fericirea dupa moarte.

132.

Cel care, plin de compasiune, nu chinuieste fiintele care, ca si el, doresc cu pasiune fericirea, va cunoaste el insusi fericirea dupa moarte.

133.

Nu pronunta niciodata cuvinte nechibzuite, caci s-ar putea sa ti se raspunda la fel. Certurile si disputele sunt penibile si pot degenera usor in incaierari.

134.

Daca, la fel ca intr-un clopot sfaramat nimic nu mai are ecou in tine, tu ai atins nirvana: toate conflictele au incetat. ⁴⁴

135.

La fel cum pastorul isi mana turma in ocol, tot astfel batranetea si moartea mana fiintele vii in mormant.

136.

Nesabuitul comite raul, apoi nu se mai sinchiseste de fapta sa, dar iata ca propriile sale actiuni il ard si il tortureaza ca si un foc.

137-140.

A fi agresiv fata de un om pasnic, a chinui um om nevinovat aduc una sau alta din aceste zece nenorociri: mari suferinte, pierderea avutiei, moartea, nebunia sau chinurile unei boli grave.

Pedeapsa regelui, moartea sotiei sau a copiilor, pierderea averii personale. Distrugerea proprietatilor prin foc, si, dupa moarte, renasterea in iad.

141.

Nici una din aceste practici ascetice: nuditatea posturala, impletirea parului, faptul de a purta un simbol sacru pe frunte, postul, extazul in practica meditatiei, faptul de a-ti acoperi corpul cu cenusa, cu praf sau murdarii, faptul de a sta pe calcaie, nu il poate purifica pe cel care mai nutreste dorinte.⁴⁵

142.

Chiar daca ai o tinuta ingrijita, daca esti calm, linistit, constant, pur, chiar daca nu faci rau nici unei fiinte vii, nu vei putea fi decat un brahman, un ascet, un discipol...

143.

Oare exista cineva in lumea asta atat de constiincios incat sa scape de orice osanda la fel ca un pur-sange de piteni? La fel ca si armasarul atins de piteni, asa sa fii si tu zelos fara odihna.

144.

Printr-o încredere deplina, printr-o viata corecta, efort corect, absorbtie corecta, o penetrare profunda a vietii, o cunoastere corecta, o conduita corecta, ramanand mereu chibzuit si masurat, tu poti depasi talazurile suferintei.⁴⁶

145.

Taranul sapa canale pe camp, armurierul forjeaza sageti, tamplarul prelucreaza lemnul, dar ascetul se perfectioneaza pe sine.

⁴⁴ Nirvana – vezi si introducerea noastra – este starea de liniste care se instaleaza atunci cand nu mai exista nici un rasunet interior. Este ca atunci cand ti-ai potolit foamea sau setea sau cand teroarea noptii este risipita de lumina. Tot ceea ce a fost resimtit initial ca povara inaintul nostru se domoleste, se limpezeste, se destrama...

⁴⁵ Vezi si nota 43

⁴⁶ Avem aici ceea ce s-a numit „cararea octupla” sau „al patrulea adevar nobil” din buddhismul traditional. Sa remarcam si noi accentul pus pe „corect” si, in concordanta cu ideea de „masura”, sa meditam putin asupra sensului pragmatic al acestor actiuni. O conduita corecta este, de pilda, o purtare care se conformeaza realitatii evenimentiale. Vezi in acest sens si nota 41.

11. Batranetea

146.

Oare cum poti rade, cum poti fi fericit si sa resimti placere? Toate existentele sunt devorate de flacari. Inghitit de tenebre, oare nu aspiri la lumina?

147.

Priveste aceasta bizara fantoma alcatuita din plagi, chinuita de dorinte iluzorii, murind incet, decazand in tarana.⁴⁷

148.

Batranetea mistuie corpul, acest lacas al putreziciunii, mereu sub amenintarea ruinarii, caci moartea este capatul vietii!

149.

Cand aceste oase albicioase vor fi risipite ca si semintele bostanului toamna, oare vei mai avea vreo placere sa le privesti?

150.

Aceasta plamada de oase, acoperita cu carne si vopsita cu sange, este azilul batra netei, mizeriei si mortii, al arogantei, orgoliului si al perfidiei!

151.

Echipajul pompos al regelui carne este trecator, prada batranetii; dar adevarata doctrina nu imbatraneste: inteptul o transmite mai departe inteptului.

152.

Omul care nu a priceput nimic, care nu s-a dumirit, moare ca un bou, stupid; carnea lui sporeste dar nu si inteptciunea.

153-154.

Ignorant fiind am trecut printr-un ciclu de mai multe renasteri, in cautarea celui care a zidit aceasta casa. Renasterile repetate sunt dureroase. Dar iata, acum – ziditorule – te-am aflat. Tu nu ai sa-mi mai zidesti o noua casa. Schelele tale s-au prabusit si constructia toata este ruina. Tot ce a fost acest eu trecator s-a dus: spiritul a ucis setea, am traversat curentul...

155.

Cel care nu a renuntat la lume si care, la vremea tineretii, nu a obtinut comoara, va sfarsi ca un batlan batran pe malul unui lac fara peste.

156.

Cel care nu a renuntat la lume si care, la vremea tineretii, nu a obtinut comoara zace la pamant ca un arc rupt si se vaita ca si-a pierdut fortele.

⁴⁷ In buddhismul celor „vechi”, *Theravadha*, exista o forma de meditatie care isi ia ca obiect trupul omenesc afectat de plagi, de maladii, de batranete, zbuciumat de dorinte neimplinite. Traditia spune ca Buddha insusi a fost convins sa o apuce pe calea adevarului atunci cand a vazut un batran decrepit, un bolnav, un cadavru... Meditatiea theravadinilor reface cumva traseul spiritual al lui Buddha. Pentru ca aceasta „reconstituire” se crede ca ar avea un efect magic asupra discipolului.

12. Eul

157.

Cel care isi cunoaste binele sau sa vegheze cu sarg: inteptul sa vegheze la fiecare a treia veghe a noptii. ⁴⁸

158.

Inteptul umbla mai intai el pe Nobila Carare, apoi ii instruieste pe altii. Astfel el este ferit de orice blam si de orice repros. ⁴⁹

159.

Cel care se ia in stapanire pe sine dupa sfaturile pe care le da celorlalti pot fi si calauza altora; caci este tare anevoios sa te cunosti pe tine insuti.

160.

Tu iti esti propriul tau magistru. Cine altul ar putea fi? Prin cunoasterea de sine ai implinit o sarcina anevoioasa si ti-ai gasit si magistrul adevarat.

161.

Tu esti cel care ai faptuit gresit, tu esti cel care ai produs raul, tu esti cel pe care l-ai hranit, iar acest rau te va zdrobi, nesabuitule, tot asa cum diamantul zdrobeste piatra. ⁵⁰

162.

Acela care are o rautate fara margini, atunci cand este starnit de ea isi face atata rau cat i-ar dori vrajmasul sau.

163.

Este usor sa faci raul, sa provoci raul, dar cat de greu este sa faptuiesi ceea ce este salutar si bun!

164.

Cel care corupe invatatura celor Nobili – traitori intru Lege -, neispravitul inspirat de false opinii, va rodi intru propria sa distrugere, asa cum rodeste bambusul. ⁵¹

165.

Tu esti cel care a comis raul, tu insuti te-ai viciat, tu esti cel care se ferește de rau, tu esti cel care te purifici, tu esti, prin tine insuti, rau sau bun, si nimeni altcineva nu te poate mantui. ⁵²

166.

Nu renunta niciodata la binele tau suprem pentru binele, oricat de mare ar fi el, al altuia. Daca ai intalnit binele suprem pastreaza-l cu grija.

⁴⁸ Asa cum era de asteptat, aceasta culegere cuprinde si materiale care nu au nimic de-a face cu intelegiunea la propriu. Se pare ca aici este o indicatie tehnica ce tine de regulile vietii manastiresti.

⁴⁹ Iata o observatie de bun simt: se cade sa te instruiesti mai intai pe tine si apoi pe altii...

⁵⁰ O idee revolutionara pentru filozofia religioasa a epocii: raul nu este nici creatia „impregnarilor” (vasanas), ca in yoga clasica, si nici a entitatilor maligne – ca in credinta populara. Raul este produsul actiunii noastre gresite, eronate. Vezi nota 41.

⁵¹ Aici este desigur o aluzie la persoanele care prezinta deformat Doctrina lui Buddha. Din nepricepere sau din perfidie, acesti indivizi isi aduc prejudicii lor insisi fara sa o stie. Vezi introducerea mea la materialismul spiritual al epocii noastre din lucrarea „Buddhism si psihanaliza”, AROPA, 1999.

⁵² Contrar credintei crestine, mantuirea nu este rodul gratiei divine, ci al activitatii umane. Omul comite raul si/sau binele cu de la sine forta – prin urmare, el este dator sa isi aduca propria sa salvare!

13. Lumea

167.

Nu urma niciodata vulgarul, nu trai intr-o indolenta comoda, respinge ceea ce este fals si rau, nu intarzia prea mult in cele lumesti. ⁵³

168.

Fii tot timpul vigilent, perseverenza in eforturile tale, nu abandona Cararea Nobila, urmeaz-o in chip constant, si vei fi fericit si aici si dincolo.

169.

Mergi in chip constant pe Cararea Nobila, evita intotdeauna drumul rau, urmeaza constant calea dreapta, si vei fi fericit si aici si dincolo.

170.

Considera lumea un balon de sapun, un miraj amagitor; considerand-o astfel, moartea nu te va putea gasi. ⁵⁴

171.

Mergi si priveste aceasta lume atat de frumoasa de parca ar fi impodobita ca o caleasca imparateasca. Numai nesabuitul este atras de ea – nici o legatura nu-l poate retine pe intelept. ⁵⁵

172.

Cel care, mai intai, traia in indolenta, dar care s-a trezit; acela va straluci in aceasta lume tenebroasa ca si luna care iese din nori.

173.

Cel care sterge raul pe care l-a facut prin binele pe care il face, acela va straluci in aceasta lume de tenebre ca si luna care iese din nori.

174.

Aceasta lume s-a scufundat intr-o noapte adanca. Rari sunt cei care vad limpede, rari sunt cei care, ca si o pasare eliberata din colivie, se inalta la ceruri!

175.

Lebada zboara spre soare; cei care detin puterile magice zboara prin vazduh; Iluminatii zboara din aceasta lume pentru ca au biruit ostirile lui Mara.

176.

Mincinosul care se indeparteaza de adevar si care, in iluzia sa, crede ca moartea pune capat vietii sale, este capabil de orice.

177.

Oamenii mizeri nu ating niciodata cerurile; nechibzuitul dispretuieste mila, dar inteleptului ii place sa daruiasca si este fericit aici si dincolo.

178.

(in carte lipseste – am postat versiunea traducerii de aici
<http://www.labirintul-sufletului.home.ro/index.html>)

Ba mai mult — Mai mare decât orice bucurie din cer sau de pe pământ, mai mare chiar decât stăpânirea oricărei dintre lumi, este bucuria Intrării pe Cale.

⁵³ De comparat aceasta zicere cu indemnul lui Iisus din *Evangelia după Toma*. „Fiti trecatori” (log. 42, versiunea Philippe de Suarez).

⁵⁴ Moartea este solidara cu lumea in care traim sau mai exact cu lumea asa cum ne-o reprezentam noi. Ideile si conceptiile noastre ne zugravesc lumea in culori atat de vii incat traim mereu cu impresia ca totul este real. De aceea si moartea este reala. Dar daca privim lumea proiectiilor noastre ca ceva imaginar, nici chiar moartea nu mai pare un spectru dezolant. Pentru chinezii taoisti, de pilda, moartea ofera si ea anumite beneficii. In mod cert ea te elibereaza de starile conflictuale care sunt solidare cu viata...

Desigur ca exista si alte speculatii care se fac pe marginea acestui verset. Exista in antichitate parerea ca moartea este un continut al vietii si ca omul care se instraineaza total de viata, evitand orice

contact cu ea, nu mai este accesibil mortii. Desigur ca aceasta conceptie este discutabila in lumina descoperirilor stiintei moderne.

⁵⁵ Ideea pe care se insista aici nu este neaparat refuzul obstinat al lumii. Versetul o spune clar: nimic nu poate sa il *retina* pe intelept. Fara indoiala ca aceasta idee poate da nastere la interpretarile cele mai eronate. Esentialul este insa urmatorul: inteptul poate fi atras de fascinatiile lumii – important este insa sa nu ramana agatat de ele mai mult decat se cuvine...

14. Trezitul (Buddha)

179.

Cel a carui biruinta nu poate fi intrecuta; nimeni nu poate pretinde ca l-a biruit pe Acela, Deplin Trezitul, Cunosculatorul lumilor: insesibil, urma lui nu poate fi descoperita.

180.

Impulsul infocat, pasional al vointei spre existenta nu poate sa il mai atinga pe El, Cel pe deplin trezit, Cunosculatorul lumilor: insesibil urma sa nu poata fi descoperita.

181.

Chiar si zeii il invidiaza pe acela care, intru intelepciune, a renuntat la totul cu bucurie, care a ramas preafericit intr-o pace adanca: Acela, Trezitul, Neclintitul.

182.

Rara este nasterea printre fiintele omenesti, si mai rara vietuire printre oameni; dar cel mai rar este sa poti auzi adevarata doctrina si sa vezi un Buddha.

183.

A te abtine de la orice forma de rau, a acumula binele pas cu pas, a-ti purifica inima de orice impuritate: iata invatatura Trezitorilor. ⁵⁶

184.

Rabdarea este adevaratul ascetism, cea mai inalta virtute. Extinctia este cea mai inalta salvare: iata invatatura Trezitorilor. Cel care il ofenseaza pe aproapele sau nu este un discipol, cel care ii ataca pe ceilalti nu este un ascet.

185.

A nu te certa niciodata, a nu ataca niciodata, a te supune disciplinei pure, a fi moderat cu hrana, traitor solitar, a te forta cu zel spre scopul nobil: asta este invatatura Trezitorilor.

186-187.

Chiar si o ploaie de aur nu va satisface pofta insatiabila a oamenilor. „Dorinta ne inseala, dorinta ne chinuiește”: bine stabilit in aceasta cunoastere ucenicul celui Complet Trezit va ramane indiferent chiar si in fata bucuriilor cerurilor de slava. Numai extinctia vointei il poate satisface. ⁵⁷

188-192.

Impinsi de o teama fara rost cautam adaposturi: munti, stanci, paduri, lemne, arbori si pietre consacrate. Dar aceste refugii nu ne ofera adevaratul adapost. Cel care mai cauta inca asemenea locuri nu se va elibera de suferinta.

Dar cel care si-a aflat refugiul in Buddha, in doctrina si in comunitate, acela va recunoaste cele Patru Nobile Adevaruri: suferinta, originea suferintei, incetarea suferintei si Cararea Octupla care duce la incetarea oricarei suferinte.

Iata, intr-adevar, adevarata securitate, minunatul refugiu. Cel care a ales acest refugiu, mai presus decat toate, este eliberat de orice suferinta.

193.

Foarte rar gasim un om intelept; dar acolo unde se afla un Sublim domneste fericirea.

194.

Vai ce fericire ca apar Trezitii! Ce fericire ca ei ne invata doctrina! Ce fericire este in adunarea discipolilor! Ce fericire cand exista asceti impliniti.

195-196.

Un mare merit are cel care ii venereaza pe venerabili, pe Treziti sau pe ucenicii lor, biruatorii iluziei, eliberati de neazuri si de suferinta; cel care venereaza asemenea oameni, stinsi, eliberati de teama.

⁵⁶ Avem aici, in esenta ei, doctrina lui Buddha si a tuturor invatatilor care au atins iluminarea. A purifica inima este fara indoiala lucrul de capatai. Ciudat, il aflam chiar si in psihanaliza terapeutica in tehnica catarsisului...

⁵⁷ Daca ceea ce urmareste ucenicul lui Buddha este stingerea, desigur ca el nu va cultiva in chip absurd iluzia insatiabilului. El urmareste extinctia, adica starea de saț care intervine firesc dupa ce a evacuat orice oricare urma de dorinta.

Omul vulgar pofteste din ce in ce mai mult si indata ce si-a potolit pofta o ia de la capat. Iata diferenta: Inteleptul gusta din satietate, omul vulgar cauta iar si iar placerea care este o excitatie si o incordare din ce in ce mai intense.

15. Fericirea

197.

Vai cat de fericiti traим noi cei fara ura printre cei care urasc! In aceasta lume plina de ura noi nu uram!

198.

Vai cat de fericiti traим noi cei vindecati printre cei de nevindecat. In aceasta lume a mortii, noi suntem eliberati de moarte!

199.

Vai cat de fericiți trăim noi cei fără poftă printre cei care poftesc! În această lume devorată de patimi, noi suntem vindecați de dorință.

200.

Vai cat de fericiți trăim noi cei care nu posedăm nimic! Saturați de fericire, noi strălucim ca și zeii luminoși.

201.

Biruitoarul își atrage ura și mania; biruitul trăiește în mahnire. Dar cel care s-a liniștit trăiește fericit, eliberat de bucuria și mizeria biruinței.

202.

Nu există foc mai aprig decât pasiunea, nici o mizerie nu este compatibilă cu ura, nici o suferință nu se compară cu iluzia vieții, nici o bucurie nu o egalează pe aceea a păcii profunde.

203.

Foamea este cea mai grea dintre boli; iluzia⁵⁸ – cea mai grea dintre suferințe; acela care a înțeles acestea dobandește fericirea nirvanei.

204.

Sanătatea este cel mai mare bine; mulțumirea – cea mai mare comoară; reculegerea minții, cel mai bun amic; nirvana – fericirea supremă.

205.

Cel care a gustat din dulceața singurătății rămâne fericit, preafericit, în bucuria celei mai profunde păci; acela s-a eliberat de suferință, de rău și trăiește gustând din bucuria eliberării.

206.

Este bine să cunoști înțelepți; este o mare fericire să trăiești printre ei; dar și mai bine este să nu ai nimic de-a face cu vreun nesăbuit.

207.

Cel care trăiește înconștient alături de nesăbuiți se abate de la calea potrivită, căci tovarășia nesăbuiților ne face să suferim ca și vrăjmașii noștri; dar înțeleptul ne face fericiți ca și întoarcerea acasă după o absență îndelungată.

208.

Pe omul înțelept, constant, experimentat care, ca și un cal docil, se supune cu răbdare, loial și fidel nobilei doctrine, pe un asemenea om, atât de nobil, atât de bun, atât de chibzuit, urmează-l așa cum luna urmează pământul.

⁵⁸ Într-una din versiunile în limba engleză a acestei lucrări găsim expresia „mental activity” în loc de „iluzie”. Nu vedem însă cum poate fi activitatea minții sursa suferinței câtă vreme aceeași activitate, bine condusă, pare fi izvorul fericirii.

16. Iubirea

209.

Spiritul superficial, indolent, limitat, incapabil de eforturi serioase, care isi sacrifica fericirea de dragul placerilor vulgare, invidiaza fericirea spiritelor profunde.

210.

Nu te lega de ceea ce iubesti, nu te lega de ceea ce nu iubesti, caci a fi separat de ceea ce iubesti provoaca suferinta deopotriva ca si a fi legat de ceea ce nu iubesti.

211.

Asa ca nu cauta ceea ce iubesti, caci a pierde ceea ce iubesti este dureros! Pentru aceia care nu resimt nici atractie si nici dezgust nu exista nici o legatura.⁵⁹

212.

Supararea provine din ceea ce iubim, teama provine si ea din ceea ce iubim; dar, dezlegati de ceea ce iubim, nu mai cunoastem nici teama si nici suparare.

213.

Tristetea vine din bucurie si teama vine din bucurie; dar, eliberati de bucurie nu mai cunoastem nici tristete si nici teama.

214.

Mahnirea provine din voluptate, angoasa provine si ea din voluptate; dar, eliberati de voluptate, nu vom mai cunoaste nici teama si nici angoasa.

215.

Grija provine din pasiuni, teama provine si ea din pasiuni; dar eliberat de pasiuni, nu mai cunoastem nici grija si nici teama.

216.

Din sete provine durerea, teama provine si ea din sete; dar, eliberat de setea de viata, nu mai cunoastem nici durere si nici teama.

217.

Cel care respecta regulile comunitatii, care implineste doctrina inteleasa cu claritate, care face eforturile potrivite si urmeaza numai adevarul, acela este stimat si iubit.

218.

Acela care, patrunzator, a murit pentru inclinatiile vointei si aspira catre inefabil, acela se inalta la cer.⁶⁰

219 - 220.

Asa cum omul iubit care revine sanatos dintr-o calatorie lunga este primit cu bucurie de parinti si prieteni, tot astfel omul virtuos este primit de faptele sale bune atunci cand paraseste aceasta lume pentru a reapare intr-o alta. ⁶¹

⁵⁹ Omul urmareste in general ceea ce constituie interesul sau – el cauta placerea si evita neplacerea. De aici vine durerea, din aceea ca el nu obtine intotdeauna ceea ce doreste. Inteleptul nu urmareste nimic: el nu se fereste de neplacere, asa incat faptele sale au un caracter spontan si neechivoc. El isi ramane credincios siesi, firii sale, si nu se simte instrainat de sine.

⁶⁰ Intr-o alta versiune, in engleza, a textului citim in loc de „inalta la cer” „is bound upstream” sugerandu-se astfel intoarcerea la obarsii, idee familiara de altfel si taoismului filozofic.

⁶¹ O noua mostra de reflectie care nu are nimic comun cu doctrina buddhista. Pentru buddhisti am vazut ca reincarnarea este motiv de suferinta. Prin urmare, renasterea intr-o alta lume, fie ea insotita de fapte bune, nu poate constitui telul spiritualitatii buddhiste.

17. Mania

221.

Alunga mania, abandoneaza orgoliul, elibereaza-te de toate legaturile existentei. Cel care nu se mai ataseaza de trupesc ⁶², devenit insesizabil, nu mai poate fi atins de suferinta.

222.

Acela care opreste accesul de manie asa cum oprim o trasura in plina viteza, acela merita numele de conducator, ceilalti nu fac decat sa tina haturile. ⁶³

223.

Opune blandetea - maniei, bunatatea – rautatii, generozitatea - avaritiei si adevarul – minciunii. ⁶⁴

224.

Fii autentic ⁶⁵, nu te lasa im voia maniei, da celui care iti cere: prin aceste trei calitati tu te vei sui la cer. ⁶⁶

225.

Cei care nu fac rau nici unei fiinte, care urmeaza cu consecventa Cararea Nobila, vor atinge taramul permanentei in care suferinta s-a stins.

226.

Iluzia vointei se dizolva in cel care vegheaza mereu, care practica zi si noapte, care cauta consecvent extinctia.

227.

Astazi totul este criticabil. Nu mai exista om care sa nu fie criticat.

228.

Nu a existat si nici nu va exista vreodata un om care sa merite numai critici sau numai laude.

229 – 230.

Dar atunci cand inteleptii sunt unanimi in a-l lauda, zi de zi, pe cel care este pur, pe Perfectul fara pata, comparabil cu aurul pur, oare cine ar mai putea sa-l critice? Chiar si zeii il vor lauda, si Brahma insusi il va venera.

231.

Opreste activitatea impetuasa, fii rezervat atunci cand faptuiesti. Renunta la calea faptelor nepotrivite, fii consecvent cu calea actiunii potrivite.

232.

Opreste vorbirea impetuasa, fii cu bagare de seama atunci cand graiesti. Renunta la calea cuvintelor nepotrivite, ramai credincios cuvantului potrivit.

233.

Opreste mintea impetuasa, fii cu bagare de seama atunci cand gandesti. Renunta la calea gandurilor nepotrivite, ramai fidel gandirii potrivite.

234.

Inteleptii stapani pe ei isisi atat in fapta cat si in cuvant, inteleptii care isi potrivesc mintea, iata cei care merita numele de maestri.

⁶² „Trupesc” trebuie inteles mai degraba ca „lumesc”. Cand ne legam de valorile etico-morale ale acestei lumi avem ocazii nelimitate de suferinta. Pentru ca aceste valori sunt artefacte, ele nu corespund adevarurilor fiintei noastre autentice.

⁶³ Desigur ca atunci cand traiesti intr-o comunitate umana mania este un pericol pentru coeziunea ei. A pune stavila maniei, in acest caz, este cat se poate de util. Totusi, mai stim din practica psihanalitica faptul ca mania refulata poate produce efecte secundare nevrotice. In terapia analitica mania este adeseori traita in cadrul analitic pentru a fi purjata.

⁶⁴ Desigur ca o asemenea conduita aplicata programatic nu poate avea nimic spiritual in ea. Sunt situatii in viata cand trebuie sa minti, sa iti arati dezacordul cu semenii, sa fii avar etc. Important este sa faci totul cu masura. Mai sus ni s-a spus deja ca trebuie urmarita lucrarea cu masura (i.e. „eforturi potrivite”).

⁶⁵ V. si nota 59.

⁶⁶ „Fii veridic”, adica „fii tu insuti” sau si mai precis in acest context: „fii rezonabil”. Desigur ca este indicat sa oferi ceva numai celui care *iti cere* acel ceva; astfel vei evita mania (care este un sentiment „toxic”) provocata de refuzul unui oarecare de a primi ceea ce tu ii oferi fara sa iti fi cerut. (O alta varianta a acestui verset: „Graieste adevarul, nu te mania, si da intotdeauna, chiar si putin, celui care iti cere. Prin aceste trei principii poti intra in compania zeilor”).

18. Viciile ⁶⁷

235.

Iata ca semeni cu o frunza uscata, cortegiul mortii deja te asteapta, esti gata de plecare si nu te-ai pregatit de drum!

236.

Lumineaza-te si fii tu insuti propria ta lumina, trezeste-te, gusta din bucuria intelepciunii si, purificat de toata patima, vei scapa ⁶⁸ in taramul celor Perfecti. ⁶⁹

237.

Zilele tale s-au sfarsit, timpul ti s-a scurs, iata-te fata in fata cu moartea si nu iti mai poti prelungi sederea aici, dar totusi nu te-ai pregatit deloc pentru calatorie!

238.

Lumineaza-te si fii tu insuti propria ta lumina, trezeste-te, gusta din bucuria intelepciunii si, purificat de toata patima, nu vei mai cunoaste nici nastere si nici batranete. ⁷⁰

239.

Tot asa cum un argintar iscusit rafineaza argintul, la fel inteleptul isi purifica sufletul de orice viciu.

240.

Cand apare rugina pe fier, ea se extinde si il corodeaza tot mai mult; astfel orgoliosul resimte nefericirea datorita propriilor sale fapte.

241.

Lipsa exercitiului te face sa uiti doctrina, indiferenta distruge caminul, vanitatea vatama frumusetea, indolenta rapune vigilentia.

242.

Purtarea eronata este viciul femeii; interesul – al caritatii. Faptele rele sunt vicioase si aici si dincolo. ⁷¹

243.

Dar exista un viciu mai grav decat toate celelalte: iluzia este cel mai adanc intuneric! Purifica-te de acest viciu si transforma-te intr-un calugar fara de pata.

244 - 245.

Viata este simpla pentru un nerusinat, pentru eroul de doi bani, pentru insul agresiv, fanfaron, imprudent si depravat. Dar este dificila pentru calugarul care cauta puritatea, eliberat de viciu si de aroganta, dedicat cugetarii clare.

246 - 247.

Cel care distruge fiintele vii, care minte cu nerusinare si are nerusinarea sa ia ce nu-i apartine, care seduce femeia altuia; care, dornic de betie, bea fara masura, se distruge deja din aceasta lume.⁷²

248.

Afla deci, o tu fiu al lumii, ca o viata usuratica conduce la pieire, ca pofta si iluzia oarba te inlantuiesc de-a pururi.

249.

Fiecare da dupa puterea lui, putin sau mult; dar calugarul pofticios, care sta cu gandul mereu la hrana si bautura altuia, nu va atinge niciodata bucuria concentrarii (samadhi).⁷³

250.

Cel care a distrus, a dezradacinat orice pofta, acela a atins fericirea concentrarii.

251.

Nici un foc nu arde ca patimile, nimic nu leaga mai strans decat ura, nici o plasa nu strange mai bine decat iluzia, nici un torent nu ia cu sine mai bine decat setea.

252.

Descoperim usor greselile altora, dar foarte greu le dibuim pe ale noastre. Ne place sa descoperim greselile altora dar ascundem cu grija greselile noastre cam tot asa cum trisorul isi ascunde gestul.

253.

Iluzia dorintei in cel care critica mereu defectele altora si cauta sa ii defaimeze pe altii, creste fara incetare; el este departe de a-si potoli vointa.

254.

In aer se sterg toate urmele. Conduita exterioara⁷⁴ nu te transforma intr-un calugar; rasa umana degusta deliciile iluziei – Realizatii sunt eliberati de orice influenta.

255.

In aer se sterg toate urmele. Respectarea legilor morale nu te transforma intr-un calugar; viata nu dureaza vesnic, Trezitiile nu pot fi vatamati.

⁶⁷ Vom vedea ca „viciile” nu se refera neaparat la abateri de la norma de conduita morala.

⁶⁸ „Vei scapa” – de eliberarea de constrangerea mortii.

⁶⁹ Sa observam ca „perfectiunea” nu tine de instantele morale - cumva ca in ideologia crestina – ci de practica purificarii (care poate fi gasita intr-o forma unilaterala si in crestinismul monastic, mai ales in isihasm).

⁷⁰ Purificarea are, pare-se, valente soterice. De ce? O explicatie ar fi urmatoarea: intrucat metafizica indiana considera renasterea ca o consecinta a acumularii karmice determinata de efectele consecutive faptelor individului, rezulta logic ca anulara incarcaturii karmice conduce automat la suprimarea „cercului renasterilor succesive”. De aceea individul purificat, care face *tabula rasa* in latentele sale germinale, nu mai este supus legii karmei si nu se mai teme de o noua renastere. Este de precizat, in acelasi context, ca pentru Buddha nici o existenta nu este ideala de vreme ce este perisabila.

⁷¹ „Dincolo” poate fi o aluzie si la Nirvana care, simbolic, este celalalt mal, adica un „dincolo” in raport cu lumea de „aici”. Faptele rele – eronate, gresite – pot fi vicioase si pentru un nirvanat. Am vazut ca „purtarea eronata” este apanajul femeii. Ca sa nu fim misogini, sa spunem mai degraba ca nu este vorba aici de femei cat mai ales de starea de spirit feminina. Mai precis, de o inclinatie interioara (sufleteasca) spre purtarea concilianta, flexibila, oportunist. Cand esti oportunist, trebuie sa te manifesti cu prudenta si sa te abati adeseori de la inclinatiile tale firesti.

⁷² Alte sugestii care nu par sa aiba nimic de-a face cu viata spirituala, ci mai degraba cu „regula comunitatii”

⁷³ In versiunea engleza pasajul tradus de noi „bucuria concentrarii” este redat „stillness of mind in meditation”. „Concentrarea”, aici, este mai potrivita pentru ca este vorba de o stare de spirit care ce opune fragmentarii, dispersarii. Explicatia pasajului este urmatoarea: daca tanjesti la mancarea si bautura pe care ti le da un altul, devii cumva marioneta lui, iti alterezi natura ta reala si devii astfel un om disociat. Ori placerea suprema este realizarea unitatii, in care insul devine el insusi, recuperand constitutia sa originara.

⁷⁴ Adica formalismul religios. Aici si, de altminteri, in tot textul nostru „calugar” este individul care se dedica invatarii si practicii doctrinei buddhiste.

19. Cel drept

256-257.

Nu este drept acela care judeca in graba. Drept este cel care examineaza cu limpezime si vede ce este adevarat si fals si cugeta conform cu adevarul.

258.

A tine discursuri elocvente nu este o proba de intelegiune; Omul eliberat, care nu cunoaste nici graba si nici teama, acela este un intelept.

259.

A tine discursuri elocvente nu este o dovada ca cunosti doctrina. Acela care a invatat putin dar isi conformeaza viata invataturii, acela este un cunoscator al doctrinei, si ii va ramane de-a pururi fidel.

260.

Numai faptul ca ai parul carunt nu te face demn de veneratie. A fi batran numai ca ani, inseamna a imbatrani degeaba.

261.

Dar cel care detine adevarul, dreptatea, bunatatea, abnegatia, rabdarea, puritatea, acela merita sa fie numit venerabil.

262 - 263.

Nici puterea si nici vraja vorbelor frumoase nu aduc pretuirea daca esti invidios, avar si perfid. Numai cel care a dezradacinat, a distrus, neantizat poftele, inteptul, care nu mai resimte ura, acela este iubit si stimat.

264.

Capul ras nu il transforma in calugar pe cel care nu este disciplinat, pe mincinos, pe cel plin de dorinte si de aviditate. Cum ar putea fi un asemenea om un calugar?

265.

Dar cel care a distrus, a neantizat cu totul viciile, oricare ar fi ele, acela merita numele de calugar, pentru ca el s-a abatut de la rau.

266.

A-ti cersi hrana nu te transforma neaparat in calugar. Numai acela care traieste doctrina merita numele de calugar cersetor.

267.

Perfectul care a depasit binele si raul, care se dirijeaza dupa o cunoastere inteleapta, acela, in adevar, merita numele de calugar cersetor.

268 – 269.

A fi taciturn nu te transforma in calugar. Dar cel care reflectand adanc nu retine decat ceea ce este demn si nobil, care respinge tot raul si se adanceste in meditatie asupra vietii, aici si dincolo, numai acela merita numele de calugar.

270.

Despotismul nu te transforma in calugar. Numai acela care este binevoitor fata de toate creaturile, acela merita numele de calugar.

271 – 272.

Un calugar nu va obtine pacea prin moralitate sau prin respectarea prescriptiilor religioase, nici prin invatatura sau prin realizarile meditatiei, nici prin viata solitara sau gandind: „Ma bucur de o fericire

spirituala pe care oamenii de rand nu o cunosc”, daca nu a dobandit suprimarea ⁷⁵ agitatiei mentale.
⁷⁶

⁷⁵ „Suprimare” in sens de eliminare, de purjare...

⁷⁶ O alta varianta a versetului: „Fericirea renuntarii in fata careia lumea da inapoi inspaimantata, nu o pot obtine nici printr-o disciplina dura si nici printr-o mare eruditie; numai disciplina concentrarilor si sublima solitudine fac din mine un calugar. Numai astfel m-am linistit si am distrus orice iluzie a vointei.”

20. Cararea

273.

Cararea sublima este cararea eliberarii; adevarul sublim este adevarul suferintei; sublima este plenitudinea; omul sublim este acela care vede astfel.

274.

In adevar, aceasta este Cararea corecta, nici o alta nu ne ofera vederea clara. Urmeaza aceasta Carare si vei scapa tiraniei mortii.

275.

Inaintand pe aceasta carare, tu vei pune capat suferintei. Cararea este indicata chiar de Buddha care a descoperit calea care duce la incetarea suferintei.

276.

Tu insuti trebuie sa te straduiesti cu insufletire. Treziti nu fac decat sa arate Cararea. Cel care persevereaza, inteleptul, va scapa imparatiei mortii.

277.

Totul este trecator. Cand cineva remarca aceasta cu intelegere, el nu mai poate fi amagit de lucrurile care aduc suferinta. Aceasta este cararea Purificarii. ⁷⁷ Totul este trecator. Cel care, intelepteste va recunoaste acest lucru, se va plictisi de aceasta viata care nu este decat suferinta: iata calea eliberarii.

278.

Orice fel de existenta este o suferinta devoratoare. Cel care, cu intelepciune, recunoaste acest lucru, se va plictisi iute de aceasta viata care nu este decat suferinta: iata Cararea eliberarii.

279.

Tot acest univers este lipsit de eu. ⁷⁸ Cel care, intelepteste, recunoaste acest lucru, se va plictisi iute de aceasta viata care nu este decat suferinta: iata Cararea eliberarii.

280.

Cel care nu lupta atunci cand este de luptat; care, desi tanar si in putere este slab si se lasa pe tanjeala; care, in deciziile si in gandurile sale este nehotarat si las, un asemenea nesabuit nu va gasi niciodata Cararea.

281.

Daca veghezi asupra cuvintelor tale, daca veghezi asupra gandurilor tale, daca te abtii de la orice fapta gresita, daca purifici aceasta tripla cale a actiunii, vei putea atinge Cararea celor Perfecti.

282.

Din concentrare ⁷⁹ se naste intelepciunea – neglijenta mintii o ucide. Ia aminte unde se desparte calea: aici moartea, acolo viata si alege cu hotarare Cararea care iti va spori intelepciunea.

283.

Vointa este cea care trebuie taiata si nu padurea, caci primejdia sta in padurea vointei. Daca tu ai taiat toata padurea aceasta, atunci, o calugare, ai atins linistirea. ⁸⁰

284.

Cata vreme nu am taiat complet legatura atractiei barbatului pentru femeie, ramanem legati tot asa cum depinde vitelul care suga la vaca.

285.

Extirpa din inima ta iubirea de sine, asa cum smulgi lotusul toamna! Implineste eliberarea, extinctia la care te indeamna Preafericitul!

286.

Voi ramane aici pe perioada ploilor, si acolo la vremea verii – astfel planuieste nesabuitul, fara a realiza primejdia (mortii).

287.

Barbatul care are mintea tulburata, preocupata de femeie, de copii, de camin, de bunuri, este insfacat de moarte tot asa cum este luat pe sus un sat adormit, de catre un torent dezlantuit.

288 – 289.

Nici copiii, nici parintii, nici familia nu iti ofera un refugiu permanent; nici un prieten, nici un tovaras, nu ne pot proteja atunci cand ne asalteaza moartea.

Cel care a recunoscut acest adevar, inteleptul, fidel practicii sale, va parcurge iute Cararea care duce la extinctie.

⁷⁷ O alta varianta a acestui verset: „Totul este trecator. Cel care, intelepteste, va recunoaste acest lucru, se va plictisi de aceasta viata care nu este decat suferinta: iata calea eliberarii.”

⁷⁸ „Eu” in sens de entitate imobila, fixa, durabila dincolo de modificarile materiei. „Eu” in sens de Sine metafizic. Altfel spus, nu exista un nucleu imperisabil al entitatilor vii. Totul este o curgere si o continua transformare.

⁷⁹ „Concentrarea” nu trebuie confundata cu efortul de mentinere a mintii focalizata pe un obiect, sau gand, sau stare. Concentrarea este aptitudinea cuiva de a nu se lasa destramat de evenimente, de ecurile lor interioare, de a se putea regasi in constienta de sine tot asa cum un om care doarme revine curand la starea de veghe si, trezit, se regaseste pe sine si este constient de auto-regasirea sa.

⁸⁰ Vointa este cea care se impotriveste firii. Ea este cea care incearca totul cu mijloacele fortei si nu cunoaste odihna niciodata. Ea vrea sa schimbe realitatea si se pune impotriva cursului firesc al evenimentelor vietii. De aceea este atat de temuta in buddhism ca si in taoism.

21. Versete diverse

290.

Daca, renuntand la o placere trecatoare, tu poti obtine o placere reala, fii chibzuit, renunta la placerea trecatoare si indreapta-ti mintea spre adevarata fericire.

291.

Cel care se delecteaza torturandu-si semenii este adancit in primejdioasa iluzie ⁸¹ a urii si nu se poate elibera de ea.

292.

Ceea ce ar fi trebuit facut, ei nu fac; ceea ce nu trebuie sa fie facut, ei fac: arogantii, nechibzuitii se lasa orbeste in voia iluziei.

293.

Dar cel care este constant, curajos, si care recunoaste intelepteste mizeria corpului, acela evita ceea ce trebuie sa fie evitat si implineste ceea ce trebuie faptuit: cugetatorul care cunoaste realitatea spulbera rapid orice iluzie.

294 - 295.

Dupa ce si-a ucis mama [setea de a exista] si tatal [eul], el i-a asasinat pe cei doi Suverani razboinici [ai falselor impresii] si a distrus taramul [simturile si obiectele lor] si paznicul comorii [atasamentul] – de neclintit este cel Perfect.

296.

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte, cu mintea dedicata, ei isi amintesc de magistrul lor, Buddha.

297

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte, cu mintea dedicata, ei isi amintesc doctrina lui.

298.

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte, cu mintea dedicata, ei isi amintesc de comunitate.

299.

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte, cu mintea dedicata, ei recunosc iluzia trupului.⁸²

300.

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte ei raman in seninatatea nascuta din blandete, din bunatate si din rabdare.

301.

Cu totul treji, costanti si vigilenți sunt calugarii Prea Treazului Gotama; zi si noapte ei raman in seninatatea nascuta din fericirea sublimei meditatiei.

302.

Dura este viata unui calugar, este foarte dificil sa te obisnuiesti cu ea; dura este viata familiala, greu apasa grijiile. Dura este viata cu semenii, dura este viata cu strainii. Atunci nu mai continua, pune capat suferintelor!⁸³

303.

Calugarul fidel, constant in purtarea sa, posedea cele mai de pret bunuri: mult stimat, fie ca sta aici sau dincolo, el este venerat pretutindeni.

304.

Ca si muntele Himalaya, cei nobili se recunosc de departe; dar ca si o sageata trasa in noapte, vulgarul dispare iute.⁸⁴

305.

Aseaza-te in liniste, dormi singur, calatoreste solitar cu un curaj de nezdruncinat, fii propriul tau stapan si ramai fericit in profunzimea padurii.

⁸¹ „Iluzie” in sens de atractie, ispita.

⁸² O alta versiune a aceluiasi verset: „Este buna trezia ucenicilor lui Gotama care vegheaza (rememoreaza) zi si noapte asupra trupului (cele ale trupului)”.

⁸³ Tot ceea ce provoaca suferinta trebuie sa inceteze. Chiar si viata de anahorei.

⁸⁴ Apologia nobililor, a celor care urmeaza *Cararea octupla* care duce la izbavire, nu este prea credibila. Nu este atat de simplu sa ii recunosti pe „nobili”. Pentru a remarca „semnele” spiritualitatii, trebuie sa ai tu insuti experiente spirituale. Ori este evident ca asemenea experiente nu sunt la indemana oricui.

22. Abisurile

306.

Cel care minte coboara in infern, ca si cel care neaga o fapta comisa – ambii vor avea acelasi destin dupa moarte: ei vor fi niste fiinte mizerabile in noua lor existenta.⁸⁵

307.

Multi poarta haina calugareasca dar ei sunt rai si desfranati, oamenii corupti prin faptele lor rele salasluiesc in abisurile existentei.

308.

Mai bine sa inghiti o minge de foc decat sa traiesti in cersit daca esti un clugar rau, depravat.

309.

Patru pedepse il asteapta pe omul desfranat, care doreste femeia altuia: consecinte grave, somn nelinitit, o rea reputatie si abisurile existentei.⁸⁶

310.

Cand facem raul sporim povara viciilor noastre. Scurta este fericirea cuplului care se ascunde temator; grea este pedeapsa la care ii supune Suveranul; prin urmare, nu ravni la bunul altuia.

311.

La fel cum coasa prost manuita poate rani mana, tot astfel o viata ascetica gresita conduce in abis.

312.

La ce servesc faptele implinite cu neglijenta si indolenta? Perceptele asumate inconstient, ascetismul practicat de mantuiala nu aduc prea multe roade.

313.

Fa-ti datoria cu fermitate, si implineste ceea ce trebuie sa implinesti; calugarul fara constiinta, nesabuit, se degradeaza din ce in ce mai mult.

314.

Este bine sa nu comiti o fapta rea, deoarece ea este urmata de remuscari. Este bine sa comitem o fapta buna, pentru ca ea nu va produce regrete.

315.

La fel cum o fortareata inexpugnabila este aparata cu tarie si in interior si in afara, tot astfel aparati propria ta inima, constant, clipa de clipa. Adeseori o clipa de neatentie aduce cu sine suferinta in abis.

316.

Oamenii care se blameaza pentru faptele care nu sunt blamabile, dar nu se blameaza pentru faptele blamabile, cei care urmeaza o doctrina falsa, aceia merg in abis.

317.

Oamenii care se tem de ceea ce nu este de temut si care nu se tem de ceea ce inspira teama, care se ghideaza dupa o invatatura gresita, aceia se scufunda in abis.

318.

Oamenii care vad raul acolo unde nu se gaseste, si nu il admit acolo unde se afla de fapt, care se ghideaza dupa o invatatura gresita, aceia se duc in abis.

319.

Cei care recunosc cu adevarat raul si binele, care se dedica adevaratei doctrine, aceia se ridica pe Cararea cea buna.

⁸⁵ O aluzie la doctrina karmei, care pare sa intereseze mult o anumita categorie de apologeti ai buddhismului, si anume pe cei care confunda viata spirituala cu practica conduitei prescrise de legea morala. Mai mult ca sigur ca avem aici ramasite ale ideologiei brahmanilor, candva tovarasi cu Buddha in periplul sau spiritual.

⁸⁶ Este curios ca autorii acestor versete care, mai intai, par ca dispretuiesc total viata sociala (am vazut ca in optica lor cea mai inalta fericire este sa traiesti in codru) se ocupa acum de moralitatea sociala sau mai precis de abaterile de la ea. Ei stabilesc si pedepse ca si cand s-ar adresa unei colectivitati de mireni ca niste moralisti care nu au nimic mai bun de facut decat sa tina in frau prin povete si amenintari inclinatiile sociale ale semenilor lor. Acest lucru este un indiciu ca culegerea noastra de versete – Dhammapada – nu este unitara ca nivel de experienta si intelegere spirituala. Ea aduna laolalta reflectii care provin din surse diferite, de cele mai multe ori profane.

23. Elefantul

320.

Asa cum elefantul indura sagetile in tumultul bataliei, tot asa voi suporta si eu cu rabdare cuvintele rautacioase: oamenii sunt mizerabili.

321.

Elefantul se lasa condus in supusenie, si tot asa ingenuncheaza cand Suveranul se suie calare; dar cea mai inalta forma de docilitate ne-o arata Nobilul care indura in liniste jignirile si calomniile.

322 - 323.

Buni sunt catarii bine dresati; buni sunt armasarii pur sange bine antrenati; buni sunt elefantii bine imblanziti, dar si mai bun este cel care isi este siesi stapan. Caci, in adevar, niciuna din creaturile numite nu ne poate conduce in imparatia inexplorata unde accede cel care s-a biruit pe sine insusi. ⁸⁷

324.

Dhanapalako, elefantul salbatic, tinut captiv, nu accepta nimic de mancare in perioada rutului; el se gandeste cu melancolie la padurea sa draga.

325.

Omul indolent, sperios, eschivant, lacom, adormit, care se intinde oriunde, seamana cu un biet elefant hranit din mila; el va reapare mereu in cercul renasterilor.

326.

La inceput, aceasta inima fierbinte ma zorea de acolo-acolo, pe unde o atrageau dorintele si placerile ei; dar astazi iata ca am pus stapanire pe ea tot asa cum cornacul supune elefantul.⁸⁸

327.

Fii vigilent si pastreaza-ti spiritul senin la adapost de ganduri, salveaza-te din labirintul ratacirilor la fel cum se smulge elefantul din mlastina.

328.

Daca gasesti un tovaras intelept, gata sa te insoteasca oriunde, hotarat, constant, bravand cu curaj toate primejdiile, traieste alaturi de el, o inteleptule, in sanatate si fericire.

329.

Dar daca nu ai gasit un tovaras inteligent, o persoana inteleapta si cu purtare aleasa care sa umble pe calea pe care umbli si tu, atunci continua singur, ca si un rege care a renuntat la imparatia sa cucerita, sau ca un mare elefant in padurea adanca.

330.

Cel care traieste singur e mult mai castigat decat cel care traieste in compania unor nesabuiti. Asadar, el umbla singur, evita tot raul, la fel de vesel, de calm si liber ca si elefantul in padure.

331.

Ce fericire sa ai prieteni cand esti la ananghie!
Ce fericire sa fii bine dispus indiferent de conditii!
Ce fericire sa poti infrunta moartea cu seninatate!
Ce fericire sa te eliberezi de toata suferinta!

332.

Ce fericire, in lume, sa fii mama!
Ce fericire sa devii tata!
Ce fericire, in lume, sa fii calugar!
Dar ce fericire sa fi terminat cu toate astea!

333.

Ce fericire [este] purtarea mereu corecta!
Ce fericire [este] increderea bine fondata!
Ce fericire [este] obtinerea intelepciunii!

Ce fericire [este] lipsa raului!

⁸⁷ Am tradus aici mai intai „cel care isi este siesi stapan” si apoi, in context, „cel care s-a invins pe sine insusi”. Pentru acest verset am folosit o versiune in limba franceza care utilizeaza, respectiv, „celui qui s’est maitrise lui meme” si „le vainqueur de soi-meme”. Desigur ca exista aici (in traducerea mea) doua idei care se combat. Mai intai faptul de a-ti fi propriul tau stapan. Ideea nu-mi apartine, ci ii apartine lui insusi Buddha care si-a indemnat adeseori discipolii sa nu se increada in nimeni si nimic, ci in propria lor marturie si judecata. Pe de alta parte, ideea de a te birui pe tine insuti suna putin cam prea ascetic. Reprezentarea noastra vizavi de o asemenea conceptie este inspirata de crestinismul monahal, si mai ales de practica mortificarilor. Nu cred ca Buddha va fi fost adeptul acestor „metode”. Dupa cum ne spun legendele care relateaza viata lui, trezitul a trecut si prin experienta ascezei totale, la care, ulterior, a renuntat complet. Prin urmare, sintagma „cel care s-a biruit pe sine” ar trebui inteleasa mai degraba in sensul evocat de efortul formidabil de a birui inaltimele inaccesibile ale muntilor Himalaya, de pilda. Aceasta biruinta este un soi de performanta greu de egalat. Sa retinem, asadar, nuanta metaforica a „biruintei”.

⁸⁸ A fi la dispozitia inimii nu este intotdeauna un lucru bun. Este interesant ca nici inclinatiile bune ale inimii, ca de pilda milostenia, smerenia etc., nu aduc intotdeauna roadele constante. Nu inima trebuie sa fie cea care guverneaza faptele omului, ci mintea. Cam tot asa ca si in celebra vorba a sfantului Pavel: „Toate imi sunt ingaduite, dar nu toate-mi sunt de folos” (1 Corinteni, VI, 12).

24. Pofta ⁸⁹

334.

Pofta de viata a muritorului de rand care traieste indolent sporeste ca o liana. Iar el sare dintr-o existenta in alta tot asa ca si maimuta care cauta fructe in padure. ⁹⁰

335 - 336.

Cel care este dominat de pofta de viata, acest tiran al lumii, vede cum chinurile sale se multiplica ca si neghina in grane. Dar de cel care potoleste aceasta pofta de viata atat de greu de invins, chinurile nu se mai prind asa cum nu se prinde o picatura de apa de frunza de lotus.

337.

La fel cum un copac fie chiar si taiat va creste din nou daca radacinile lui sunt tari si nevatamate, tot astfel daca dorinta latentă nu a fost extirpata suferinta ne va lovi din nou.

338.

(lipsa)

339.

Atunci cand cele 36 de izvoare ale poftei de placere sunt tari, iau nastere gandurile stimulate de dorinta care il zapacesc pe omul smintit.

340.

Torentul duce cu sine totul, neghina se raspandeste pretutindeni; daca tu vezi neghina crescand, fii intelept, extirpa-i si radacinile!

341.

(lipsa)

342.

Toate fiintele lumesti, acaparate de pofa de viata, gonesc de acolo-acolo ca si iepurii haituiti. Ele se consuma inlantuite in conveniente ⁹¹ vietii, sufera si vor suferi de-a pururi!

343.

Toate fiintele lumesti, acaparate de pofa de viata, gonesc de acolo-acolo ca si iepurii haituiti. Asa ca tu sa lepezi pofa de viata, o calugare, atunci cand cauti eliberarea! ⁹²

344.

Cel care si-a indreptat vrerea spre nirvana s-a eliberat de vointa si totusi el este plin de tarie. ⁹³ Vezi, priveste un asemenea om: el s-a eliberat si grabeste acum spre imparatia neexplorata.

345 - 346.

Inteleptul nu considera ca legaturile de fier, de lemn sau de canepa sunt de netaiat; dar dorinta patimasa de aur, de bunuri de copii si femei, aceasta, in adevar este solida pentru intelept; ea ne trage in jos, tenace, si greu de taiat. Totusi, cei care si-au potolit dorintele o taie, renuntand la placerea iubirii si parasindu-si familia pentru a trai o viata fara un camin.

347.

Inlantuit de pofa, traiesti in torentul pasiunilor ca si paianjenul in panza sa. Taind aceasta plasa, inteleptul scapa, eliberat de dorinta, eliberat de suferinta.

348.

Renunta la ce a fost, la ce va fi si la ce este, o Biruitorul lumii! Cu sufletul nezdruncinat, mereu si de-a pururi, tu nu vei mai cunoaste nici nastere si nici moarte.

349.

In cel care plin de proiecte viitoare, de dorinte arzatoare, cauta cu infigurare ceea ce este agreabil, sporeste pofa de viata si isi faureste piedici din ce in ce mai mari. ⁹⁴

350.

Dar cel care, intelept, ramane calm si potolit si vede clar, mereu si pretutindeni, suferinta, acela, intr-adevar, va sfarama obstacolul mortii.

351.

Atingand perfectiunea, ramanand fara teama si fara repros, cu vointa eliberata de influentele rele, izbavit de cele patru elemente, iata ca imi traiesc ultima mea viata.

352.

Eliberat de pofta si de atasament ⁹⁵, un expert in studiul doctrinei, si intelegand cum se cuvine cuvintele, poate fi numit intr-adevar „in ultimul sau trup”, „Mare in intelegiune” sau „Om nobil”.

353.

Eu sunt Biruitorul suprem, Cunosculatorul suprem, cel eliberat pe veci de toate fenomenele, cel care a abandonat totul, vindecat de iluzia vietii, autodidact, oare cine mi-ar putea fi profesor? ⁹⁶

354.

Darul adevarului este mai presus de toate celelalte daruri, savoea adevarului este mai presus de toate celelalte placeri, bucuria adevarului este mai presus decat toate celelalte bucurii, incetarea dorintei biruieste suferinta.

355.

Bucuria acumularii de bogatii il distruge pe nechibzuitul care nu cauta eliberarea; poftind la avutii el se vatama pe sine si ii vatama si pe altii. ⁹⁷

356.

Pamantul este cotropit de neghina, cuprinsa de pofta este lumea! Asa ca, a oferi daruri si sacrificii celor care s-au eliberat de pofta aduce roade multe.

357.

Pamantul este cotropit de neghina, cuprinsa de ura este lumea! Asa ca, a oferi daruri si sacrificii celor care s-au eliberat de ura aduce roade multe.

358.

Pamantul este cotropit de neghina, iar lumea a fost inghitita de iluzie! Asa ca, a face daruri si sacrificii celor care s-au eliberat de iluzie aduce roade multe.

359.

Pamantul este cotropit de neghina iar lumea a fost inghitita de pofte! Asa ca, a face daruri si sacrificii celor care s-au eliberat de dorinte aduce roade multe.

⁸⁹ „Setea de viata”, „apetitul existential” etc. pot traduce notiunea de *libido*, in sens mai larg, din psihanaliza. In acceptia lui C.G. Jung libidoul este apetitul, „foamea” de ceva anume, si se poate comunica oricarui instinct. Cand spunem „libido”, nu ne referim numai la instinctul sexual, ci si la toate celelalte tendinte psiho-somatice care tasnesc din inconstient.

⁹⁰ Aceasta „pofa” sporește pentru că nu este potolită. În limbaj psihanalitic, vorbim de o acumulare de libido care, așa cum observă Sigmund Freud, se transformă într-un soi de indispoziție, de fermentație interioară.

⁹¹ „Conveniente” sunt „legăturile” care ne înlanțuie în viață.

⁹² Nu există alta manieră de a „lepăda” pofa de viață decât prin potolirea ei, tot așa cum nu îți poți potoli foamea dacă nu mănânci.

⁹³ Nirvana înseamnă extincție, încetare, potolire. Atunci când îți „stingi” poftele, starea care se infiripează nu este de slăbiciune, ci de tărie.

⁹⁴ Atunci când cauți numai plăcutul și agreabilul, când te străduiești să eviți neplăcutul, nu obții în realitate decât suferință. Prețul pe care îl plătești pentru „plăcut” este alterarea naturii tale originare. Sau, în termeni psihanalitici, refuzarea unei părți considerabile a eului tău. De aici sentimentul de înstrăinare de tine însuți.

⁹⁵ Aici „atasament” în sensul de a te lega de ceva, de a depinde de ceva, de a te sprijini pe ceva.

⁹⁶ O altă versiune: „Eu sunt Atoatebiruitorul, Atotcunoscătorul. În valtoarea stărilor mentale eu rămân neatins. Renunțând la totul m-am eliberat prin încetarea dorinței. De vreme ce am atins Realizarea prin mine însumi, oare pe cine l-aș putea indica drept maestrul meu?”

⁹⁷ Acest verset amintește izbitor de parabola tânărului avut din *Evangelii* (Mt. XIX, 16-30). Din nefericire, exegeza biblică nu a înțeles sensul mult mai profund al parabolei. Pentru că nu despre avuția banască este vorba acolo, ci despre orice formă de acumulare care aduce într-adevăr prejudicii (v. și nota 71).

25. Calugarul

360.

Este bine să fii moderat atunci când vezi, când auzi, când miroși și când gusti.

361.

A fi moderat atunci când simți ceva este bine, și este bine să fii moderat atunci când vorbești; este bine să fii moderat atunci când gândești; este bine să fii mereu moderat. Un calugar care este moderat mereu și pretutindeni va fi fericit prin încetarea oricărei suferințe.

362.

Controlându-și mainile, picioarele, vorbele, stăpan pe sine pretutindeni și mereu, eliberat, fericit, absorbit, solitar, multumit, pe acesta eu îl numesc calugar.

363.

Dulci ca mierea sunt vorbele calugarului care stie sa dovedeasca si sa predea adevarul in vorbe modeste, lipsite de stralucire.

364.

Cel care traieste in doctrina, care se bucura de doctrina, care cugeta profund asupra doctrinei, care cauta sensul doctrinei, un asemenea calugar va ramane fidel constant Cararii.

365.

Nu subestima ceea ce ai obtinut si nu invidia ce au obtinut altii. Un calugar care ii invidiaza pe altii nu atinge linistea mintii in meditatie.

366.

Chiar si zeii il lauda pe calugarul multumit cu ceea ce are, pe cel care se arata nobil, pur si constant.

367.

Cel care nu mai gandeste in termeni de eu si al meu in aceasta viata efemera, lipsit de orice grija, s-a numit pe buna dreptate un calugar.

368.

Calugarul care ramane bland, binevoitor, care se bucura de invatatura lui Buddha, va atinge imparatia pacii, acolo unde toata forfota se potoleste.

369.

Scoate apa din aceasta barca grea, o calugare; vidata ea te va duce departe. Daca tu esti vid de pofta si de ura, vei da fuga spre extinctie.

370.

Calugarul care a scapat celor cinci curente ale iluziei a fost numit cel care a traversat curentul.

371.

Practica concentrarile, o calugare, azvarle indolenta, nu permite poftelor tale sa se aseze in inima ta, rapune flacara arzanda a nepasarii pentru a evita ca inlantuit de ea sa nu strigi: „vai ce suferinta!”

372.

Fara intelegciune nu poti realiza concentrarile; fara concentrari nu poti realiza intelegciunea. Calugarul concentrat este intelept si aproape de nirvana.

373.

Daca calugarul care intelege clar invatatura intra intr-o manastire pustie cu sufletul senin, potolit, atunci el resimte o fericire de negrait.

374.

Daca el patrunde din ce in ce mai adanc in cercurile nasterii si mortilor repetate si daca recunoaste starea fara moarte, atunci el este pe deplin fericit.

375.

Un calugar intelept trebuie, mai intai de toate, sa isi retina simturile, sa traiasca multumit si senin, si sa ramana mereu fidel practicii.

376.

Calugarul nu trebuie sa-si aleaga decat prieteni nobili, virtuosi, experimentati; el insusi trebuie sa fie binevoitor, amabil, curtenitor, sa aiba o purtare fara repros. Astfel el va fi eliberat si va pune capat suferintei.

377.

La fel cum florile se descotorosesc de petalele ofilite, tot asa si voi, o calugari, descotorositi-va de pofta si de ura.

378.

Corpul calmat, vorbele moderate, sufletul pacificat, intors de la cele lumesti, iata un calugar care s-a eliberat.

379.

Bizuiete-te numai pe tine insuti, perfectioneaza-te singur caci fiind propriul tau stapan vei fi fericit.

380.

Tu esti propriul tau stapan, tu esti propriul tau adapost; stapaneste-te pe tine insuti tot asa cum dresorul stapaneste un armasar pur-sange.

381.

Calugarul saturat de fericire, bine asezat in invatatura lui Buddha, va atinge imparatia pacii, acolo unde lucrurile isi afla odihna.⁹⁸

382.

Cel care a devenit calugar in ordinul Sublimului, inca din tinerețe, stralucește in aceasta lume ca si luna care iese din nori.

⁹⁸ Varianta: „Calugarul care traieste marea bucurie, si care se increde in religia lui Buddha, va atinge locul pacii, placerea linistirii functiilor mentalului.”

26. Perfectul

383.

Traverseaza cu nadejde acest curent al setei de putere, o Perfectule. Daca cunosti disolutia vietii, tu cunosti si ceea ce inseamna nefiinta.⁹⁹

384.

Cand Perfectul a surmontat cei doi poli ai existentei, au cazut toate piedicile si el a vazut clar.

385.

Cel care a dezvaluit si viata aceasta si viata de dincolo, cel care nu mai pune pret nici pe viata de aici si nici pe cea de dincolo, eliberat de orice datorie, de orice pofta de a fi ceva, pe acela eu il numesc Perfect.¹⁰⁰

386.

Pe cel care asezat in liniste, absorbit, cu lucrarea implinita, lipsit de iluzii, ramanand in posesia celei mai inalte fericiri, eu il numesc Perfect.¹⁰¹

387.

Ziua straluceste soarele; noaptea straluceste luna. Razboinicul straluceste in armura sa, iar Perfectul in concentrari. Buddha straluceste zi si noapte.

388.

Sufletul asanat de rau s-a numit un sfant. Traind singur a fost numit solitar; renuntand la toate viciile a fost numit cel ce renunta.

389.

Tu sa nu ataci un Perfect, dar daca il ataci, Perfectul nu trebuie sa riposteze! Vai celui care ataca un Perfect, si vai Perfectului care riposteaza!

390.

Un adevarat ascet nu isi inchide inima fata de tentarii dispretuindu-le; ba dimpotriva: acesta abandoneaza treptat orice mortificare si astfel depaseste toata suferinta.¹⁰²

391.

Pe cel care nu provoaca nici un rau in fapta, cuvnt si gandire, pe acest om de trei ori salvat, eu il numesc Perfect.

392.

Venerati-l pe cel care v-a invatat doctrina Sublimului, asa cum Perfectul venereaza focul sacru.

393.

Nici parul impletit, nici numarul de stramosi, nici casta nu te fac Perfect, dar daca tu cunosti doctrina adevarata, tu devii un sfant, un sfant purificat.

394.

La ce bun parul tau impletit, o nechibziture, la ce bun sa porti o haina aspra daca inima ta este corupta iar tu nu te ingrijesti decat de aparenta exterioara?

395.

Pe omul imbracat in zdrente, costeliv, descarnat si absorbit solitar in padure, pe acesta eu il numesc un Perfect.

396.

Nu il recunosc pe nimeni ca Perfect numai pentru ca s-a nascut brahman. El accepta tot ce aude si pofteste sa o faca; dar cel care nu pofteste nimic: iata un Perfect!

397.

Cel care a taiat toate legaturile, care nu se mai teme in veci de nimic, Biruitorul, eliberat de orice piedica, iata un Perfect!

398.

Cel care ferm a rupt toate legaturile, toate piedicile, toate lanturile si, Trezit, inchide zavorul, iata un Perfect!

399.

Cel care, in liniste, cu rabdare si blandete, suporta injurii, lovituri, temnita si moarte, un erou al rabdarii, mereu senin, iata un Perfect ¹⁰³ !

400.

Cel care suporta totul cu blandete si umilinta fara sa cracneasca si care, senin, isi traieste ultima sa viata, acela este un Perfect!

401.

Tot astfel cum aluneca picatura de apa pe o frunza de lotus sau cum samanta de mustar cade de pe varful acului, la fel cel care ramane inaccesibil dorintei, iata un Perfect!

402.

Cel care experimenteaza inca din viata incetarea oricarei suferinte, eliberat de orice greutate, eliberat de orice piedica, iata un Perfect!

403.

Cel care cugeta profund, care faptuieste cu intelepciune, care vede limpede Cararea si abisul, si care realizeaza cel mai inalt bine, iata un Perfect!

404.

Evitand relatiile cu lumea, evitand relatiile cu ascetii ¹⁰⁴, neintovarasindu-se cu nimeni, fara camin, pribegind fara dorinte, iata un Perfect!

405.

Renuntand la arme, la aparare, prietenul animalelor, prietenul plantelor, care nu ucide si nici nu imbie la crima, iata un Perfect!

406.

Lipsit de manie in aceasta lume manioasa, fara aparare in aceasta lume razboinica, fara dorinta in aceasta lume a dorintei, iata un Perfect!

407.

Cel care a alungat toata pofta, tot orgoliul, ura si prefacatoria, la fel cum taisul unei lame lasa sa cada grauntele de mustar, iata un Perfect!

408.

Cel care, fara iritare si resentiment, vorbeste limbajul limpede al adevarului, fara a incerca sa insulte pe cineva, iata un Perfect! ¹⁰⁵

409.

Cel care nu ia nici mult, nici putin, nici bun, nici rau, nici frumos, nici urat, care nu ia nimic din ceea ce nu-i apartine, iata un Perfect!

410.

Cel care nu asteapta nimic de la aceasta lume, care nu asteapta nimic de la lumea cealalta, care s-a vindecat de orice speranta, eliberat de orice piedica, iata un Perfect!

411.

Cel care, strain de orice atasament sau inclinatie, a dizolvat prin intelepciunea sa toata incertitudinea si a ajuns la Celalalt Mal, iata un Perfect!

412.

Cel care s-a eliberat de rau si de bine, care s-a eliberat de aceste doua capcane, fara nici un viciu, fara pofta, fara griji, iata un Perfect!

413.

Cel care straluceste limpede si senin ca luna plina, in care au secat toate dorintele, iata un Perfect!

414.

Cel care a scapat de drumul ratacirii, de mlastina, de aceasta nebunie a ciclului renasterilor, salvat, biruitorul lumilor, absorbit, de nezdrunnat, sigur, implinit, stins, iata un Perfect!

415.

Cel care dispretuieste fericirea iubirii si care umbla singur, fara camin, care a renegat orice atasament fata de iubire si de bucuriile ei, iata un Perfect!

416.

Cel care a renegat orice impuls al vointei si care umbla solitar, fara camin, care a secat setea vointei, iata un Perfect!

417.

Scapat din specia omeneasca, scapat din lumile zeilor, eliberat de orice jug, iata un Perfect! ¹⁰⁶

418.

Intors de la placeri si dureri, fara atasament, stins, biruitorul lumilor, iata un Perfect! ¹⁰⁷

419.

Cel care, dezlegat, preafericit, trezit, vede cum apar si dispar fiintele, iata un Perfect!

420.

Cel a carui urma nu poate fi sesizata nici de zei, nici de genii, nici de oameni, expertul in extinctie, domnul fericirii, iata un Perfect!

421.

Cel care nu se mai sinchiseste de trecut, de prezent, de viitor, care nu mai doreste nimic, care nu ia nimic, iata un Perfect!

422.

Nobilul, stralucitorul, eroul, sublimul biruitor al tuturor suferintelor, stiutorul, patronul zeilor si al oamenilor, Trezitul, implinitul, iata un Perfect!

423.

Cel care isi aminteste de existentele anterioare, care vede lumile ceresti si lumile abisului, care a secat orice nastere, inteptul care patrunde toate fenomenele, implinit cu desavarsire, iata un Perfect!

⁹⁹ „Cunosti disolutia vietii” – aceasta sintagma ne imbie sa comitem cateva reflectii privitoare la caracterul impermanent al vietii. Nimic nu dureaza vesnic – am spune in spiritul buddhismului filozofic – prin urmare de ce sa te mai lasi dus de curentul poftei de viata etc. ?! Totusi, sensul acestui fragment este cu totul altul: „viata” poate fi inteleasa ca „elan vital”, ca pofta sau apetit de viata, sau ca ceea ce am numit mai sus libido (v. si nota 70). Cel care cunoaste disolutia este in acest context acela care stie cum sa potoleasca elanurile libidinale. Am vazut ca potolirea este tot una cu nirvana.

¹⁰⁰ „Viata de dincolo” este o aluzie la credintele traditiei hinduse. In virtutea legii karmice care vrea sa renastem intr-un univers structurat in functie de faptele noastre actuale, hindusul obisnuit facea eforturi disperate pentru a-si asigura o viitoare existenta favorabila, in Rai, conformandu-se legilor prescrise ale vietii obstesti. Perfectul buddhist este insa lamurit asupra caracterului iluzoriu al acestor credinte. Invatatura lui Buddha afirma ca nimic nu dureaza – nu exista Sine etern – asa incat orice efort de a-ti ameliora existenta viitoare este futil.

¹⁰¹ Varianta: „Meditativ, detasat, cu mintea asezata, lucrarea implinita si implinind scopul suprem – iata ce numesc eu brahmin.”

¹⁰² Iata un verset care ni se pare de-a dreptul eretic in comparatie cu toate celelalte in care se face practic apologia renuntarii. Ascetul adevarat, aflam aici, renunta la renuntare (mortificare) si atinge astfel fericirea!

¹⁰³ Perfectul nu urmareste numai realizarea placutului, el nu se supune pe sine caznelor conventiilor sociale pentru a-si atinge tinta glorioasa in ierarhia sociala. El nu respinge nimic, nici injuria si nici lauda, si nici nu alege ceea ce pare sa ii aduca fericirea (de aici refuzul vointei). Candva, intr-un interviu cu putin inainte de a muri, Emil Cioran marturisea ca de dragul libertatii, a lipsei oricarei inregimentari in colectivitatea umana, a indurat cele mai mari servituti. Iata exact masura unui Perfect in acceptie buddhista. (Nu este de mirare in acest sens ca E. Cioran a studiat temeinic doctrina buddhista, pe care se pare ca a integrat-o in propria sa viata. Acest aspect al orientarii sale existentiale nu a fost deloc remarcat si comentat.)

¹⁰⁴ Desi anterior apologia prieteniei cu oamenii invatati trebuia sa ne convinga ca tovarasia lor este prilej de fericire, acum, din nou paradoxal, aflam ca nici anturajul ascetilor nu este de cautat.

¹⁰⁵ De multe ori doctrina lui Buddha cu accentul aparent pud pe dispretul fata de lumesc, a servit ca mijloc de satisfacere a nevoilor narcisice ale eului celor care au renuntat la viata lumeasca, nu din necesitate sau vocatie ci din neputinta. Impotriva acestor indivizi, care procedeaza ca si vulpea care n-ajunge la struguri, se ridica acest verset.

¹⁰⁶ „Jugul” este cel al datoriei si al iluziei.

¹⁰⁷ Varianta: „Acela care a abandonat placerea si neplacerea, care s-a stins si nu mai are combustibil (de ars), eroul care a biruit lumile – iata ce numesc eu brahmin!”

Aceasta versiune scoate mai bine in evidenta ideea stingerii nu prin mortificare (renuntare si instrainare de lumesc), ci prin purjare. Cand „combustibilul” care aprinde si intretine flacara poftei este epuizat, linistea se infiripa de la sine...

UN TRAGIC DEZNODAMANT

In ziua in care am sfarsit traducerea si interpretarea acestor versete, in jurul pranzului, s-a stins din viata socrul meu. Nu stiu daca a suferit pe patul mortii, in agonia care a durat aproape 10 ore. Era inconstient, cu ochii semideschisi si pupilele date peste cap, cu gura larg cascata ca o gaura lugubra, nefireasca, pe chipul descompus, imbatranit. Corpul, destins, neverosimil de mic, respirand sacadat ultimele picaturi de viata. Mi-am amintit, la capataiul lui in clipa mea de veghe, de discutia noastra succinta de cu o zi inainte cand, desi suferind sau mai degraba ametit de neurolepticele introduse prin transfuzie, mi-a spus ca se simte bine si ca ar vrea sa se intoarca acasa. Apoi ca se lupta din greu cu boala! Am facut remarcă: „Cu cine te lupti, dom’le, de vreme ce nu te doare nimic?” Nu mi-a raspuns nimic si vizibil iritat de observatia mea sau poate plictisit sau pur si simplu epuizat a inchis telefonul. La putina vreme avea sa intre brusc in coma.

Acest succint dialog rezuma toate ideile expuse in „Versetele Legii”. Iluzia, de care se pomeneste mereu ca despre viciul cel mai mare al spiritului omenesc, este prezenta in toata puterea

ei. Iluzia ca ai angajat o lupta cu o boala pe care nu ai sesizat-o tu ci altii, familia, copiii tai, sotia, preotul, farmacistul, doctorii care fac din ignoranta lor prostie o adevarata institutie. Batranul meu socru se lupta cu o boala proiectata mintal de toti acesti regizori ai vietii lui anonime, care, chipurile cu bune intentii, au facut totul pentru a-i scurta drumul spre groapa. Ca orice barbat care se dorea in vigoare, desi fara inclinatie naturale spre bravura, socrul meu juca pe viata si pe moarte o partida de „care pe care” cu maladia sa imaginara! El vroia sa corespunda intru totul asteptarilor noastre, sa fie un barbat autentic, un brav, un erou, care aduce ofrande insangerate spectatorilor sai, nu altii decat regizorii scenariului. El a repurtat o biruinta, dar asupra vietii sale si a reusit, in final, sa spulbere adierea ei atat de fragila. Imbatat de iluzie, el a sucombat, la varsta care se vrea a selectutii intelepte, iluziei. O iluzie impusa lui de parinti, familie, copii, sotie, societate, cultura, spiritualitate etc. O lume a celorlalti, in care nu s-a integrat niciodata cum s-ar fi dorit...

Socrul meu a fost un infrant. El nu a dejucat iluzia, nu a parasit familia, nu a ales drumul Adevarului, Cararea lui Buddha, asa cum se repeta pana la satietate in cuvintele Legii. El a ramas credincios imensului teatru de umbre creat de imaginatia noastra mitomana, de imaginatia noastra schizofrenica, de artefactele noastre de viata. Si a pierit...

Asa cum vom pieri si noi: inghititi de neputinta propriei ignorante!

J. Chiriac, aprilie-mai 2000

Nobila Cale Octuplă

Aceasta este calea de mijloc pe care Cel Perfect a descoperit-o și a expus-o, care dă naștere la viziune și de cunoaștere, care duce la pace, înțelepciune, iluminare și Nirvana: Nobila Cale Octuplă:

- **Înțelegerea Dreaptă:** a suferinței, a originii sale, a încetării acesteia, a căii care duce la încetarea suferinței.
- **Intenția Dreaptă:** de renunțare, de eliberare de pofte, de bună voință, de eliberare de aversiuni, de compasiune, de eliberarea de cruzime.
- **Vorbirea Corectă:** abținerea de la minciună, abținerea de la vorbirea de rău intenționat, abținerea de la vorbirea urâtă, abținerea de la vorbirea inutilă.
- **Acțiunea Corectă:** abținerea de la crimă, abținerea de la furt, abținerea de la comportamentul sexual deviat.
- **Existența Corectă:** renunțarea la stil de viață greșit, câștigarea traiului pe cale dreaptă.
- **Strădania Corectă:** prevenirea căderii într-o stare de spirit nesănătoasă/dăunătoare presupune efort, combinarea de energie și exersare a minții.
- **Atenția Corectă:** contemplarea conștientă a corpului, contemplarea conștientă a sentimentelor, contemplarea conștientă a minții, contemplarea conștientă a obiectelor mentale.
- **Concentrarea Corectă:** izolarea de plăcerile simțurilor, izolarea de stările de spirit nesănătoase cu care cineva intră și trăiește în prima *jhana* (absorbție meditativă), însoțită de meditația aplicată și consecventă cu extaz și fericire născute din izolare.

Articolul este preluat din cartea “Enciclopedia de [Leadership](#)” și tradus în limba română de către Ene Elena Gabriela, participantă la programul [LEADERS Education](#). Informațiile sunt folosite în cadrul caietului participantului.

Atașarea

ATAȘAREA

„Atașarea de lucruri nu poate conduce decât la unul dintre următoarele rezultate: fie lucrul de care te atașezi dispare, fie disperi tu însuși. E numai o chestiune de care se întâmplă primul.”

Câteva definiții: Poate fi important să cunoști următoarele definiții și descrieri pentru a înțelege problemele pe care le ai cu atașarea și să înțelegi logic modurile în care poți să lucrezi asupra lor.

ATAȘAREA

Definiție: A nu dori - în mod exagerat - să fii separat de cineva sau de ceva. Întrucât eticheta de „plăcut” este foarte relativă și bazată pe informație limitată, atașarea include un aspect de exagerare sau „proiecție”.

A nu se confunda cu: aprecierea reală, iubirea și compasiunea.

Opusul: a dori să fii separat de cineva sau ceva : Aversiunea.

Caracteristica principală: exagerarea trăsăturilor pozitive, care poate conduce numai la dezamăgire.

De obicei îndrăgostirea se potrivește foarte bine ca exemplu.

IUBIREA

Definiție: a dori ca ceilalți să fie fericiți.

A nu se confunda cu: iubirea condiționată.

Opusul: a dori ca ceilalți să fie nefericiți - ura; sau a nu dori ca ceilalți să fie fericiți - indiferență sau egoism.

Caracteristica principală: dezinteresul necondiționat față de sine. Dezinteresul are însă la bază acceptarea de sine.

COMPASIUNEA

Definiție: a dori ca ceilalți să fie liberi de suferință.

A nu se confunda cu: mila, părerea de rău pentru cineva.

Opusul: a dori ca ceilalți să sufere - cruzimea.

Caracteristica principală: părerea de rău împreună cu cineva; „com-passion” înseamnă „cu simțire”, cu impulsul de a ajuta.

RENUNȚAREA/DETAȘAREA

Definiție: a dori să fii liber de toate problemele „existenței ciclice”, a nu-ți dori obiecte deoarece acestea cauzează mai multă suferință. Nu înseamnă că cineva devine dintr-o dată exaltat, își abandonează toate bunurile și se refugiază într-o peșteră în munți, sperând ca astfel să scape de problemele sale prezente; acești oameni revin de obicei într-o săptămână sau două, slăbiți și descurajați.

A nu se confunda cu: a nu-ți păsa de absolut nimic, cu ascetismul extrem, sau cu atitudinea suicidală.

Opusul: atașarea la „fericirea lumească” care în final conduce la suferință.

Caracteristica principală: descoperirea a celor care în final conduc la mizerie și evitarea acestora.

„Renunțarea vine din interior, este înțelepciune interioară, cunoaștere interioară.” Lama Yeshe

CARE ESTE PROBLEMA CU ATAȘAREA?

Deși atașarea poate să apară la început ca fiind mult mai puțin distructivă decât furia sau ura, în termenii de a fi prins în procesul de renașteri necontrolate, de fapt este răul mai mare. Atașarea la plăcere și în final la viața însăși, ca și instinctul nostru înnăscut de supraviețuire, este principalul tip de neînțelegere care ne ține prizonieri în samsara.

Iată un exemplu care ilustrează atașarea: prinderea maimuțelor cu nuca de cocos în care se face o gaură și se pune ceva ce le place lor (bomboane sau alune). Maimuțele apucă „prada” și nu mai pot scoate pumnul. Dar nici nu-i dau drumul!

Buddha compară dorințele cu a fi dator. Dacă ești dator la bancă, în fiecare lună trebuie să-ți plătești rata. La sfârșit vei fi liber de datorie. Însă față de dorințele senzuale nu poți să plătești datoria: permanent aceasta se reanșează! Foamea, setea, pofta de sex, nevoia de căldură, nevoia de răcoare, toate revin la nesfârșit. Încercarea de a ne îndeplini dorințele e o sarcină fără sfârșit și în final complet fără rost.

În cateva cuvinte ale lui Buddha:

V-am omorat pe toți înainte.

Am fost sfașiat în bucăți de fiecare dintre voi în alte vieți.

Ne-am omorat între noi ca dușmani în luptă.

Așa că de ce ar mai trebui să fim atașați între noi?

„Dorința poate fi comparată cu focul. Dacă apucăm focul ce se întâmplă? Ne aduce fericire?

Dacă ne spunem: „Uite ce foc frumos! Uite ce culori frumoase! Iubesc roșul și portocaliul; sunt culorile mele preferate!” și apoi îl apucăm, o anumită cantitate de suferință ne va pătrunde în corp. Și, dacă mai tarziu ar fi să contemplăm cauza acelei suferințe, am descoperi că este rezultatul faptului că am apucat acel foc. Cu această informație e de așteptat ca apoi să dăm drumul la foc. După ce dăm drumul la foc, știm apoi că focul nu e ceva de care trebuie să te atașezi. Aceasta nu înseamnă că trebuie să-l uram sau să-l stingem. Putem să ne bucurăm de foc. E bine să faci focul, să încălzești camera, însă nu trebuie să te arzi în foc.”

„Dacă țelul principal al practicii buddhiste este de a demasca iluzia egoului arătând-o ca ceea ce este, unul dintre instrumentele de atac este îndreptat împotriva dorinței. Dorința are un renume foarte prost în scriptrurile buddhiste. Este numită „o otrăvă”, „o boală”, „o nebulie”. Nu se poate trăi într-un corp care este supus al dorinței, pentru că este ca o casă în flăcări.

Dorința trăiește și crește prin a fi permisă. Pe de altă parte, atunci când nu este permisă - prin aplicarea înfrănărilor etice și prin a fi conștient - dorința se stabilizează și începe să se diminueze, chiar dacă acesta nu este un proces ușor sau confortabil, întrucât vechile impulsuri își cer cu tărie satisfacerea încă multă vreme.

Acest gen de practică merge în contra curentul principal al societății moderne în care dorința este încurajată energic și rafinată la culmi tot mai înalte de către puternice agenții de marketing și publicitate. Dar practica merge și în contradicția dorințelor mai moderate - pentru familie, bogăție, a plăcerilor simțurilor, etc. - canonice în societățile mai simple, mai tradiționale, inclusiv cea în care s-a născut Buddha. Nu putem fi niciodată liniștiți cât timp suntem sacaiți de dorință.

SUFERINȚA PLĂCERII?

Poate fi o experiență care să ne trezească la realitate atunci când reflectăm în meditație asupra a ceea ce descriem în mod normal ca plăcere. Buddha a spus relativ la experiența extazului eliberării de existența ciclică: „toate cele din interiorul existenței ciclice sunt suferință.” (Ultimul dintre Cele patru adevăruri nobile)

Poate fi aceasta adevărat?

Vă rog să acordați câteva momente pentru a reflecta la următoarele gânduri, în timp ce vă amintiți de o experiență plăcută:

- În ce măsură este această „plăcere” doar o evadare sau o uitare temporară a problemelor cotidiene?
- Cat de drăguț ar fi dacă aș continua să fac asta fără întrerupere pe durata a câteva zile?
- Cat de împlinit m-aș simți după 5 minute, 5 ore sau 5 zile?
- Pentru a obține aceeași senzație extraordinară ca prima oară, voi avea nevoie de mai mult din aceeași chestie data viitoare?

Buddha a concluzionat că a ne pune energia în satisfacerea lăcomiei pentru plăceri temporare este nu doar fără folos, dar creează multe probleme, de asemenea acțiuni karmice pe care ar fi fost mai bine să le evităm.

Conform spuselor lui Buddha, aceasta este exact ceea ce fac tot timpul ființele sensibile: se mențin prizonieri prin atașarea lor la plăcerile temporare și la viața însăși.

„Vă voi spune despre calea de mijloc. A se îmbrăca în haine din panză de sac, a-și lăsa părul să crească încalzit, nespălat și nepieptănat, a se abține de la a manca pește sau carne, toate acestea

nu-l vor curăța pe cel care este iluzionat. Mortificarea cărnii prin privațiuni excesive nu conduce la un triumf asupra simțurilor. Toată suferința autoprovocată este fără folos atata vreme cat sentimentul de sine este dominant.

Trebuie să-ți slăbești implicarea cu tine însuși și apoi să mănanci și să bei natural, în acord cu nevoile corpului tău. Atașarea la dorințele tale – fie că le privezi, fie că le permiți – poate conduce la scalvie, însă satisfacerea nevoilor vieții cotidiene nu este rea. Desigur, a menține corpul cu o sănătate bună este o datorie, pentru că altfel mintea nu va rămâne puternică și clară.”

CÂTEVA NOTE ASUPRA A CEEA CE NUMESC OAMENII CA FIIND IUBIRE : „IUBIREA OBIȘNUITĂ”

- „Iubirea cu atașare constă în valuri de emoție, care te prind în lanțuri de oțel invizibile.” Iubirea obișnuită tinde să creeze legături care se pot dovedi foarte neplăcute.
- Iubirea obișnuită este bazată pe egoism: atracția către alții pentru că aceștia ne pot ajuta.
- Iubirea obișnuită e adesea bazată pe opțiuni cum ar fi frumusețea fizică sau statutul social, care pot fi complet fără legătură sau chiar obstacole pentru a putea să trăim fericiți împreună cu acea persoană.
- Exagerarea și proiecția sunt principalele motive pentru care iubirea obișnuită conduce la dezamăgiri. Pentru a ilustra aceasta, iată câteva cuvinte ale lui M. Scott Peck asupra iubirii obișnuite:

„Mitul iubirii romantice este o minciună cu consecințe teribile. Poate că este o minciună necesară în aceea că ea asigură „îndrăgostirea” – experiență care ne prinde în capcana care duce la căsătorie. Dar, ca psihiatru, deplâng în inima mea aproape în fiecare zi confuzia și suferința foarte mare pe care acest mit la nutrește. Milioane de oameni risipesc cu disperare imense cantități de energie, într-o încercare de a face realitatea vieților lor conformă cu irealitatea mitului.”

- A fi „îndrăgostit” poate fi o condiție emoțională foarte captivantă, dar este aceasta cu adevărat fericire sau e adesea amestecată cu o cantitate de suferință?
- Atașarea ne dă sentimentul de: „Cum îmi poate îndeplini această relație nevoile MELE?” Iubirea adevărată ar întreba: „Ce pot face eu pentru CELĂLALT?”
- Atașarea bazată pe egoism: „dacă tu ești bun cu mine, sunt și eu bun cu tine.” Iubirea altruistă este bazată pe imparțialitate: realizez că ceilalți sunt ca mine și doresc fericirea. Înseamnă să dorești fericirea celorlalți doar pentru că ei există.
- Atașarea conduce la posesivitate: soțul MEU, soția MEA, prietenul MEU, familia MEA. Ai realizat vreodată că nu putem deține oameni, în afara situației în care credem în scalvie? Posesivitatea conduce la TEAMA de a pierde, la afecțiunea prefăcută provenită din teamă, la protecție exagerată, la dorință, la gelozie sau chiar la sentimentul: „Nu pot trăi fără ea/ el/ slujba mea/ bijuteriile mele/ ciocolată/ pizza/ muzica mea ...”
- Există cu adevărat perfecțiunea pe care credem că o vedem în persoana iubită? Sau, pur și simplu, ne închidem ochii pentru trăsăturile negative?

Este perfecțiunea pe care o căutăm cu adevărat realizabilă? Iată o poveste Sufi ca ilustrare:

„Într-o după amiază, Nasrudin stătea la o ceașcă de ceai cu un vechi prieten. Se întâlniseră după multă vreme și aveau multe de povestit. Din vorbă în vorbă au ajuns și la viață și dragoste. Prietenul l-a întrebat la un moment dat:

- Cum se face că nu te-ai însurat?
 - Ei, spuse Nasrudin, ca să îți spun adevărul, mi-am petrecut tinerețea căutând femeia perfectă. În Cairo am întâlnit o femeie frumoasă și inteligentă, însă era răutăciosă. Apoi, în Bagdad, am întâlnit o femeie care avea un suflet minunat și generos, dar nu aveam interese comune. Fiecare femeie părea potrivită, dar era întotdeauna ceva care lipsea. Apoi, într-o zi am întâlnit-o: frumoasă, inteligentă, generoasă și bună. Aveam foarte multe în comun... De fapt, era perfectă!
 - Și? Ce s-a întâmplat? De ce nu te-ai însurat cu ea?
- Nasrudin a sorbit din ceașcă gânditor:
- Ei, e cu adevărat povestea tristă a vieții mele... Se pare că ea căuta bărbatul perfect...”

Pentru a rezuma:

Propriile noastre proiecții, așteptări și exagerări egoiste alcătuiesc fundația atașării și inevitabilei dezamăgiri.

Noi dorim să primim iubire mai degrabă decât să dăruim iubire.

Noi căutăm înțelegere mai degrabă decât să încercăm să înțelegem.

Noi căutăm încredere în sine mai degrabă decât să-i respectăm pe ceilalți.

Noi căutăm să primim laude și încurajări mai degrabă decât să le dăruim.

Nu ne place să fim criticați, dar ne place să-i criticăm pe alții.

DEPENDENȚA: ATAȘAREA CARE A DEVENIT BOALĂ

„Tot ce avem nevoie să facem pentru a primi ajutor direct este să cerem. Nu a spus Hristos: „Cere și ți se va da; caută și vei găsi; bate și ți se va deschide! Oricine cere, primește; și cel care caută va găsi!” Și totuși, să cerem ni se pare cel mai dificil. Mulți dintre noi, cred eu, cu greu știu cum să ceară. Uneori aceasta este pentru că suntem aroganți, uneori pentru că nu dorim să căutăm ajutor, uneori pentru că suntem leneși, uneori mintea noastră este atât de ocupată cu întrebări, distrageri și confuzie, încât gestul simplu de a întreba nu ne trece prin minte. Punctul de cotitură în vindecarea dependențelor de alcool sau droguri este atunci când ei admit boala lor și cer ajutor. Într-un fel sau altul, noi toți suntem dependenți de samsara; momentul când ajutorul poate să vină pentru noi, este când admitem dependența noastră și doar cerem. În mod fundamental, aceleași metode care sunt eficiente împotriva atașării sunt eficiente și împotriva dependenței. Dar trebuie să se realizeze că transformarea reală prin meditație și reflectare poate fi eficientă, însă aceasta nu este o soluție instantanee. Avem nevoie să realizăm că dependența e de obicei un rezultat al problemelor/frustrărilor fundamentale; nu e un secret că dependența și depresia merg adesea mână în mână. Fie că e vorba de fumat, băutură, mancat, folosirea drogurilor, a fi dependent de sex, a sta excesiv la tv sau la pc, există de obicei o frustrare sau o problemă fundamentală pe care încercăm s-o evităm prin a ne absorbi în altceva. Așa că, deși în mod sigur meditația nu este o soluție instantanee, ea lucrează la un nivel adânc pentru a transforma treptat mintea și a câștiga ceva control asupra ei, așa cum de obicei e nevoie în cazurile serioase de dependență.

Unii au încercat să adapteze programul în 12 pași pentru buddhiști (deși programul tradițional în 12 pași a fost formulat în termenii unei credințe în Divinitate).

Cei 12 pași ai eliberării

1. Adevărul suferinței. Noi am experimentat adevărul dependențelor noastre – viețile noastre au fost suferințe nestăpanite.
2. Adevărul originii suferinței. Admitem că ne-am dorit intens satisfacerea dependențelor și ne-am agățat de ele ca de refugiul nostru.
3. Adevărul sfârșitului suferinței. Am ajuns să vedem că încetarea completă a dorinței intense și agățării de dependență este necesară.
4. Adevărul căii. Am luat decizia să urmărim calea de eliberare și să ne refugiem în înțelepciunea proprie, în adevărul nostru și în tovarășia noastră.
5. Perspectiva corectă. Ne vedem în întregime viața așa cum este. Bunătatea noastră este indestructibilă. Suntem dotori să admitem și să declarăm adevărul nostru față de noi înșine, față de o altă ființă umană și față de comunitate.
6. Gandul corect. Suntem conștienți că noi creem atât cauzele pentru suferință cât și pentru eliberare.
7. Vorbirea corectă. Ne curățăm, mărturisim și cerem iertare deschis și fără judecare. Suntem dispuși să-i iertăm pe alții.
8. Acțiunea corectă. Facem o listă a tuturor persoanelor pe care le vătămăm și suntem dispuși și capabili să facem în mod activ reparații către toate, numai dacă să facem așa n-ar fi vătămător.
9. Mijloace de trai corecte. Ne simplificăm viața, realizând că suntem interconectați cu toții. Ne angajăm în compasiune activă. Ne selectăm o vocație care să ne sprijine refacerea.

10. Efortul corect. Ne recunoaștem greșelile și recăderile ca parte din cale. Ne continuăm practica acestor pași cu efort sincer și voios.
11. Atenția conștientă corectă. Prin rugăciune, meditație și acțiune urmăm calea adevărului, fiind atenți în mod conștient clipă de clipă.
12. Concentrarea corectă. Deschide-te către spiritul trezirii ca un rezultat al acestor pași; poartă acest mesaj către toți cei care suferă de dependențe.

ZGÂRCENIA

Mana normală se închide și se deschide

„Un adept i-a spus maestrului chan (buddhism chinez) Moxian:

- Nevasta mea este extrem de avară. Nu dă nimic de pomană. Ai putea să vii pe la noi și să vorbești cu ea pentru a se angaja în fapte mărinimoase?

Maestrul a fost de acord. A doua zi, când a mers la casa acelui om, nevasta a ieșit să-l întâmpine. Consecventă naturii ei zgărcite, ea nici măcar nu i-a oferit maestrului o ceașcă de ceai.

Maestrul s-a așezat și și-a strans mana în pumn.

- Doamnă, privește la mana mea. Ce ai crede dacă mana mea ar rămâne stransă în pumn mereu?

- Dacă rămâne stransă în pumn, mana ar fi deformată! Ceva nu e în regulă cu ea!

Maestrul a repetat vorbele ei:

- Este deformată. Apoi și-a deschis palma și a întrebat:

- Iar dacă mana mea ar rămâne așa tot timpul?

- Și așa ar fi deformată!

Atunci maestrul i-a spus:

- Doamnă, aveți dreptate! Atât mana care stă stransă în pumn cât și cea care stă tot timpul cu palma deschisă sunt deformate. La fel se întâmplă și pentru modul în care noi folosim banii. Dacă suntem în mod constant cu pumnul strans, pereocupați numai de adunarea a tot mai mulți bani, dar nu ne gândim și să dăm, suntem deformați. Dacă suntem mereu cu palma deschisă, gândindu-ne numai la cum să cheltuim fără să economisim, suntem la fel de deformați. Banii trebuie să curgă ca un curent lin. Când vin în interior, ar trebui să și iasă în exterior. Trebuie să fie un echilibru între ce primești și ce dai.”

MODUL DE A TRATA CU ATAȘAREA

„Un om poate înfrange de 1000 de ori 1000 de oameni în luptă. Dar cel care pune stăpânire pe sine însuși este cel mai mare dintre cuceritori.”

Următoarele antidoturi pot fi aplicate în toate privințele vieții cotidiene, dar sunt de asemenea exerciții profunde de meditație.

A 1. Observă-te. Exagererez caracteristicile pozitive ale lucrurilor de care sunt atașat? Merită aceste lucruri toate încurcăturile în care mă bag? Merită cu adevărat să muncesc din greu zile, săptămâni sau luni pentru a avea o oră de „distracție”?

A 2. Folosește-ți înțelepciunea interioară. Descoperă cât de exagerată este atașarea și cum dorința lucrează împotriva ta însuși. Încearcă să fii mai înțelept decât maimuța și lasă „bomboana” pentru a fi liber.

A 3. Reflectează asupra Naturii nesatisfăcătoare a existenței. Aceasta e numit și „Primul Adevăr Nobil”. Cât de multă distracție este cu adevărat „distracția”? Și cât de mult este distracția uitarea durerii? Se opresc vreodată dorințele sau e o muncă fără sfârșit să le îndeplinești?

A 4. Reflectează asupra Impermanenței. Cât de importantă este persoana sau obiectul dorinței: toate se vor sfârși într-o zi, oamenii mor, lucrurile se strică.

A 5. Reflectează asupra Problemelor create de atașare. Să stai tolănit la soare e grozav, dar aceasta duce la arsuri ale pielii. Să mănânci mâncare bună e grozav, dar aceasta duce la indigestie și obezitate. Să te plimbi într-o mașină luxuoasă e nemaipomenit, dar cât de mult timp trebuie să muncesc ca să-o plătesc?

A 6. Reflectează asupra atracției trupesti (dorința de sex). Să iubești pe cineva e grozav, dar ce se întâmplă când „luna de miere” se sfârșește? Și ce este în adevăr corpul? Ce e mai mult decât un sac de piele umplut cu oase, carne, organe și fluide dezgustătoare?

A 7. Reflectează asupra rezultatelor atașării. Lăcomia și dorința intensă conduc la furt și la tot felul de crime, inclusiv la război. Dependența de alcool și droguri sunt doar forme de dorință puternice; acestea distrug atât pe cel dependent cât și pe cei din jurul său. Dorința carnală necontrolată conduce la abuzul sexual. Sentimentele de lăcomie, dorință și atracție sexuală în ele însele pot fi văzute cu ușurință ca forme de suferință.

A 8. Reflectează asupra morții. Cât mai valorează toate obiectele de care ești atașat acum în momentul adevărului: în momentul morții?

A 9. Emptiness. Antidotul final pentru atașare și pentru toate celelalte emoții negative este realizarea emptiness, vedeți mai mult în pagina Wisdom.

Glume:

Pot rezista la orice, cu excepția tentației.

Dacă găsești o soluție bună și devii atașat de ea, soluția poate deveni următoarea ta problemă.

Spune-mi de ce ai nevoie și îți voi spune cum să te descurci fără.

Nu contează dacă TU câștigi sau pierzi; ce contează este dacă EU câștig sau pierd.

Fata: „Spune-mi că tu mă iubești! Spune-mi că tu mă iubești!”

Băiatul: „Tu mă iubești...”

<http://buddhism.kalachakranet.org/attachment.html>

Alte articole din categorie:

- Povestea cheii
- Dacă mergi la piață. (sau...
▼
- Un petic de hartie
- Ultima poveste
- Povestire zen
- Povestea celor doi gospod...
- Frica
- Basculanta cu balegar
- Construind inimi – nu s&#...
- Fulgi de nea
- MODUL CORECT DE A PRIVI (...)
- Ghidul idiotului pentru l...
- Atașarea
- Cum să te porți...
- Gunoarul înflorit
- Lărgind cercul compa...
- Întorcându-ne către ...
- Funcția unui Centru Zen
- Măsura practicii
- Practica Zen și auto...
- De ce să practicăm?
- Fructul practicii

- Cuvantul de învă#...
- Ce este practica
- Ce nu este practica

Cuprins:

Cuprins

Cuvant inainte	1
01. Perechile.....	3
02. Vigilentă.....	6
03. Mintea	7
04. Florile.....	9
05. Nesabuitul.....	11
06. Inteleptul	13
07. Sfantul, eliberatul.....	14
08. Miile	15
09. Răul ⁴¹	17
10. Durerea.....	19
11. Batranetea	21
12. Eul.....	22
13. Lumea	23
14. Trezitul (Buddha).....	25
15. Fericirea	26
16. Iubirea	28
17. Mania	29
18. Viciile ⁶⁷	31
19. Cel drept	33
20. Cararea	35
21. Versete diverse	37
22. Abisurile.....	39
23. Elefantul	40
24. Pofta ⁸⁹	42
25. Calugarul.....	45

26. Perfectul	47
UN TRAGIC DEZNODAMANT	52
Nobila Cale Octuplă	54
• Înțelegerea Dreaptă	54
• Intenția Dreaptă	54
• Vorbirea Corectă	54
• Acțiunea Corectă	54
• Existența Corectă	54
• Strădania Corectă	54
• Atenția Corectă	54
• Concentrarea Corectă.....	54
Atașarea	54
Cuprins:	61

धम्मपद

Alegerile
Veghea
Mintea
Florile
Nesăbuitul
Înțeleptul
Maestrul
Miile
Răul
Violența
Bătrânețea
Sinele
Lumea



Învățătorul
Bucuria
Plăcerea
Mânia
Impuritatea
Omul Drept
Calea
Marginea Pădurii
Întunericul
Elefantul
Dorința
Căutătorul
Adevăratul Maestru

CUVINTELE LUI BUDDHA

<http://www.labirintul-sufletului.home.ro/index.html>

CUVINTELE LUI BUDDHA

ALEGERILE ↑

Noi suntem ceea ce gândim.
Tot ceea ce suntem răsare odată cu gândurile noastre.
Prin gândurile noastre noi creăm lumea.
Cuvântează sau acționează cu o minte *impură*
Și necazurile te vor urma,
Asemenea roții ce urmează carul tras de vită.

Noi suntem ceea ce gândim.
Tot ceea ce suntem răsare odată cu gândurile noastre.
Prin gândurile noastre noi creăm lumea.
Cuvântează sau acționează cu o minte *pură*
Iar fericirea te va urma,
Asemenea umbrei tale, de neclintit.

"Priviți cum m-a insultat și m-a lovit,
Cum m-a trântit și jefuit!"
Trăiește cu astfel de gânduri și vei trăi în ură.

"Priviți cum m-a insultat și m-a lovit,
Cum m-a trântit și jefuit!"
Abandonează asemenea gânduri și vei trăi în dragoste.

În această lume,
Niciodată ura nu a risipit ura.
Doar dragostea risipește ura.
Aceasta este Legea,
De când lumea și ineputabilă.
Și tu vei merge pe lumea cealaltă,
Știind asta, cum ai mai putea fi răutăcios?

Cât de ușor răstoarnă vântul un copăcel firav.
Caută fericirea în simțuri,
Răsfață-te cu mâncare și somn,
Și astfel, vei fi și tu dezrădăcinat.

Vântul nu poate răsturna un munte.
Tentația nu-l poate atinge pe cel treaz, puternic și umil,
Pe cel stăpân pe sine și păzitor al Legii.

Dacă gândurile unui om sunt tulburi,

Dacă este nepăsător și plin de minciună,
Cum ar putea el îmbrăca roba galbenă?

Oricine este stăpân pe propria-i natură,
Luminoasă, curată și adevărată,
Acela într-adevăr poate purta roba galbenă.

Confundând falsitatea cu adevărul
Și adevărul cu falsitatea,
Pierzi din vedere inima
Și te umpli de dorință.

Vezi ceea ce este fals ca fiind fals
Și ceea ce este adevărat ca fiind adevărat.
Întoarce-ți privirea către inima,
Urmează-ți propria natură.

O minte necugetată este un acoperiș sărac.
Pasiunea, asemenea ploii, inundă casa.
Dar dacă acoperișul este solid, există un adăpost.

Oricine urmează gândurile impure,
Suferă în viața asta și în cea ce va veni.
În ambele lumi el suferă
Și cu atât mai mult
Când vede greșeala făcută.

Dar oricine urmează Legea,
Se bucură aici și dincolo.
În ambele lumi el se bucură
Și cu atât mai mult
Când vede binele făcut.

Căci mare este răsplata în această lume,
Și cu atât mai mare în cea va să vină.

Oricât de multe cuvinte sfinte citești,
Oricât de multe rostești,
Unde este binele,
Dacă nu acționezi conform lor?

Ești tu un păstor
Ce doar numără oile altuia,

Niciodată intrând pe Cale?

Citește câte cuvinte dorești
Și nu vorbi prea mult.
Dar acționează conform Legii.

Renunță la vechile obiceiuri—
Pasiune, dușmănie, prostie.
Cunoaște adevărul și găsește pacea!
Intră pe Cale!

VEGHEA ↑

Atenția mereu trează este calea către viață.
Prostul doarme
Ca și cum ar fi deja mort,
Dar Maestrul este treaz
Și trăiește etern.

El veghează.
El este curat, senin.

Cât de fericit este El!
Pentru că El știe că a veghea înseamnă viață.
Cât de fericit este,
Urmând calea celor treji!

Cu multă perseverență
El meditează, căutând
Libertatea și fericirea.

Stai treaz, gândește, veghează.
Lucrează cu grijă și atenție.
Rămâi pe cale
Și lumina va crește în tine.

Prin veghe și muncă
Maestrul își creează pentru sine o insulă,
Pe care potopul n-o poate distruge.

Prostul este fără grijă.
Dar Maestrul își menține vigilența trează.

Aceasta este cea mai prețioasă comoară.

El niciodată nu cedează dorinței.

El meditează.

Și în puterea propriei hotărâri

Descoperă adevărata fericire.

El înfrânge dorința—

Și din turnul înțelepciunii

Privește în jos fără patimă

Asupra mulțimii îndurerate.

Din vârful muntelui

Privește jos către acei

Ce trăiesc la nivelul pământului.

Vigilent printre cei fără minte,

Treaz în timp ce alții visează,

Iute asemenea unui cal de curse

Maestrul gonește ca vântul prin viață.

Datorită atenției mereu treze

Indra a devenit regele zeilor.

Cât de minunat este să veghezi,

Ce nesăbuire să dormi.

Cerșetorul ce-și păzește mintea

Și se teme de capriciile gândurilor proprii,

Arde complet orice înlănțuire

Cu focul vigilenței.

Cerșetorul ce-și păzește mintea

Și se teme de propria-i confuzie,

Nu poate cade.

El a găsit drumul spre pace.

MINTEA ↑

Asemenea făurarului ce-și îndreaptă

Săgețile, cioplindu-le cu grijă,

Maestrul își dirijează

Gândurile hoinare.

Asemenea unui pește afară din apă,
Eșuat pe țărm,
Gândurile se zvârcolesc și freamătă.
Cum s-ar putea ele scutura de dorință?

Ele tremură, sunt instabile,
Rătăcesc după cum vor.
Este bine a le controla,
Iar a le stăpâni aduce fericirea.

Dar cât de subtile sunt,
Cât de evazive!
Este necesar a le calma,
Și dominându-le a găsi fericirea.

Cu ușurință
Maestrul își potolește gândurile.
El pune capăt rătăcirii lor.
Stând în grota inimii,
Găsește fericirea.

Cum poate o minte agitată
Să înțeleagă Calea?
Dacă un om este tulburat,
Cunoașterea nu-l va umple niciodată.

O minte calmă,
Nu mai caută să cântărească
Ce este drept și ce nu,
O minte dincolo de orice opinie,
Veghează și înțelege.

Cunoaște că trupul este un vas de sticlă fragil,
Și fortifică-ți mintea!
În orice încercare
Lasă înțelepciunea să lupte pentru tine,
Să apere ceea ce ai câștigat.

Curând corpul este lepădat.
Ce va mai simți el?
Un buștean nefolositor, întins pe pământ.
Ce va mai ști el?

Cel mai rău dușman al tău nu-ți poate dăuna

La fel de mult ca propriile-ți gânduri, ne păzite.

Dar odată stăpânite,
Nimeni nu te poate ajuta la fel de mult,
Nici măcar tatăl sau mama ta.

FLORILE ↑

Cine va cuceri această lume
Și lumea morții cu toți zeii ei?
Cine va descoperi
Strălucitoarea cale a Legii?

Tu o vei face, asemenea omului
Ce caută flori,
Găsește-o pe cea mai frumoasă,
Cea mai rară!

Înțelege ca trupul
Este doar spuma unui val,
Umbra unei umbre.
Frânge săgețile înflorate ale dorinței
Și apoi, nevăzut,
Scapă de regele morții.
Și mergi mai departe.

Moartea ajunge din urmă omul
Ce culege flori
Cu o minte tulburată și simțuri însetate,
Căutând în zadar fericirea
În plăcerile lumii.
Moartea îl duce cu ea,
Asemenea șuvoiului ce răpește satul adormit.

Moartea îl biruie,
Când cu o minte tulburată și simțuri însetate
Culege flori.
El niciodată nu va fi satisfăcut
De plăcerile acestei lumi.

Albina adună nectarul din floare
Fără a-i denatura frumusețea sau parfumul.

Așa că lasă-L pe Maestru să stea, sau să umble.
Privește la propriile-ți greșeli,
La ce-ai făcut sau ai lăsat nefăcut.
Treci cu vederea greșelile celorlalți.

Asemenea unei flori gingașe,
Strălucitoare dar fără miros,
Sunt cuvintele delicate dar goale,
Ale celui care nu făptuiește după cum vorbește.

Asemenea unei flori gingașe,
Strălucitoare și înmiresmată,
Sunt cuvintele delicate și pline de adevăr
Ale celui care făptuiește după cum vorbește.

Asemenea ghirlandelor împletite dintr-o mulțime de flori,
Împodobește-ți viața cu multe fapte bune!

Parfumul lemnului de santal,
De bujor sau iasomie,
Nu poate călători împotriva vântului.

Dar mireasma virtuții
Călătorește chiar și împotriva vântului,
Până la capătul lumii.

Cu mult mai presus
Este parfumul virtuții,
Decât cel a lemnului de santal, bujor,
Al lotusului albastru, sau iasomiei!

Mireasma lemnului de santal și bujor
Nu se propagă prea departe.
Pe când cea a virtuții
Se înalță până la ceruri.

Dorința niciodată nu-și va încrucișa calea
Cu cea a oamenilor virtuoși și vigilenți.
Propria lor strălucire îi menține liberi.

Cât de gingaș crește lotusul
În gunoiul de la marginea drumului.
Mireasma lui pură încântă inima.

Urmează-L pe cel Treaz
Și între cei orbi
Lumina înțelepciunii tale
Va străluci eclipsându-i, complet.

NESĂBUITUL ↑

Cât de lungă este noaptea pentru cel ce veghează,
Cât de lung este drumul pentru călătorul ostenit,
Cât de lungă este rătăcirea prin nenumăratele vieți
A nesăbuitului ce ratează intrarea pe Cale.

Dacă drumețul nu poate găsi
Un Maestru sau un prieten care să-l însoțească,
Mai bine să călătorească singur
Decât să aibă compania unui nesăbuit.

"Copii mei, averea mea!"
Astfel se tânguie nesăbuitul.
Dar cum ar avea el copii sau avere?
El nu este nici măcar propriul său stăpân.

Nătângul ce știe că este nătâng
Este mult mai înțelept.
Prostul ce crede că este deștept
Este cu adevărat prost.

Poate lingura gusta supa?
Un prost poate trăi întreaga viață
În compania unui Maestru
Și tot ratează Calea.

Limba gustă supa.
Dacă ești vigilent în prezența unui Maestru
Acesta într-o clipă îți va arăta Calea.

Prostul este propriul său dușman.
Răul pe care-l face este propria sa nenorocire.
Cu câtă amărăciune suferă!

De ce să faci ceea ce vei regreta?

De ce să aduci lacrimile asupra ta?

Fă doar ceea ce nu vei regreta,
Și umple-te de bucurie.

Pentru o vreme nebunia nătângului
Are gustul dulce, dulce ca mierea.
Dar în final se transformă-n amar.
Și cu cât amar suferă apoi!

Luni de zile nătângul poate posti,
Hrănindu-se doar cu un fir de iarbă.
Dar chiar și așa el nu valorează nici cât un bănuț
Față de Maestrul a cărui hrană este Calea.

Laptele proaspăt se acrește în timp.
Astfel și răul nesăbuitului
Necesită timp pentru a-l ajunge din urmă.
Asemenea tăciunilor din foc
Răul mocnește în cel nesăbuit.

Orice învață un prost,
Devine și mai prost,
Cunoașterea îi zdrobește capul.
Pentru că atunci el vrea apreciere,
Un loc înaintea altor oameni,
Un loc deasupra celorlalți.

"Lăsații pe toți să știe ce-am făcut,
Lăsați pe oricine să mă caute pentru a-l îndruma!"
Asemenea dorințe are nesăbuitul,
Așa arată înfumurarea și mândria lui.

Una din căi duce către bogăție și faimă,
Cealaltă către Sfârșitul Drumului.

Nu căuta reputația,
Ci urmează-L pe Cel Treaz.
Eliberează-te!

ÎNȚELEPTUL ↑

Înțeleptul îți spune
Unde ai greșit
și unde încă ai mai putea greși—
Neprețuite taine!
Urmează-L, Urmează Calea.

Lasă-L să te purifice și să te învețe
Și abține-te să faci rău.
Lumea-L poate urî pe Maestru.
Dar oamenii buni Îl iubesc.

Nu căuta o companie proastă,
Nu trăi cu oameni cărora nu le pasă.
Găsește-ți prieteni ce iubesc adevărul.

Soarbe cu profunzime.
Trăiește în liniște și bucurie.
Înțeleptul se bucură în adevăr
Și urmează calea celor treji.

Fermierul își canalizează apa către pământul său.
Făurarul își cioplește săgețile.
Dulgherul își lucrează lemnul.
Înțeleptul își controlează mintea.

Vântul nu poate clătina un munte.
Nici laudele sau acuzele nu pot impresiona un Înțelept.

El trăiește în limpezime.
Ascultând adevărul,
Este asemenea unui lac,
Pur și liniștit și profund.

Nu dori nimic!
Unde există dorință,
Păstrează tăcerea!

Fericirea sau necazul—
Oricare te-ar întâmpina,
Treci mai departe
Neatins, ne atașat.

Nu cere o familie, sau putere, sau avere,

Pentru tine sau pentru altcineva.
Își Poate dori un Înțelept să se înalțe pe nedrept?

Câțiva trec râul.
Majoritatea rămân împotmoliți pe țarm.
Ei se mișcă necontrolat într-o parte și alta pe mal.

Înțeleptul, urmează Calea,
Trece, dincolo de întinderea morții.

El renunță la calea întunecată
Pentru Calea Luminii.
El își părăsește casa, căutând
Fericirea pe drumul dificil.

Liber de orice dorință,
Liber de orice posesie,
Fără nici un loc întunecat în inimă.

Liber de orice atașament și poftă,
Urmând cele șapte lumini ale înțelepciunii,
Jubilând în propria-i libertate,
În aceasta lume Înțeleptul
Devine el însuși o lumină,
Pură, strălucitoare, liberă.

MAESTRUL ↑

La sfârșitul drumului
Maestrul găsește eliberarea
De dorință și durere—
Libertate fără înlănțuire.

Cei ce nu se atașează
Niciodată nu se adăpostesc într-un singur loc.
Asemenea lebedelor, se înalță
Și părăsesc lacul.

Se Înalță în aer
Și zboară pe o direcție nevăzută,
Fără a strânge, fără a acumula ceva.
Hrana lor este cunoașterea.

Ei trăiesc în afara spațiului.
Au aflat cum să fie liberi.

Cine-i poate urma?
Doar Maestrul.
Datorită purității Lui.

Asemenea unei pasări,
Se ridică în infinit
Și zboară nevăzut.
Nu dorește nimic.
Hrana Lui este cunoașterea.
Trăiește dincolo de spațiu.
Este liber.

El este un conducător de car.
Își strunește caii
Mândriei și ai simțurilor.
Chiar și zeii Îl admiră.

Lipsit de resentimente precum pământul,
Pur asemenea unui lac limpede,
Ferm asemenea unei coloane ce susține o poartă,
Este deasupra vieții și morții.

Gândurile Lui sunt calme.
Cuvintele Lui sunt liniștite.
Faptele Îi sunt liniștite.
El știe că este liber.

Maestru renunță la orice idei și credințe preconcepute.
El vede dincolo de orice început și sfârșit.

El taie toate legăturile.
Renunță la toate dorințele.
Rezistă tuturor tentațiilor.
Și se înalță.

Și oriunde trăiește,
La oraș sau la țară,
La munte sau câmpie,
El simte mereu aceeași mare bucurie.

Chiar și într-o pădure pustie

Se simte bine,
Pentru că nu dorește nimic.

MIILE ↑

Decât o mie de cuvinte goale,
Mai bine unul singur care aduce pacea.

Decât o mie de versuri goale,
Mai bine un singur vers ce aduce pacea.

Decât sute de căi inutile,
Mai bine Calea Legii, aducătoare de pace.

Decât să câștigi mii de bătălii,
Mai bine să te cucerești pe tine însuși.

Atunci victoria este a ta.

Și nimeni nu ți-o poate lua,
Nici îngerii, nici demonii,
Nici raiul sau iadul.

Decât o sută de ani de venerație,
Decât o mie de ofrande,
Decât a renunța la mii de căi lumești
Pentru a câștiga merit,
Decât chiar a menține o flacăra sacră,
Pentru o sută de ani, într-o pădure—
Mai bine o clipă de închinăciune
Celui ce s-a cucerit pe sine.

A te pleca în fața unui astfel de om,
Unui bătrân Maestru virtuos și sfânt,
Înseamnă a fi cuceritor peste viață,
Și frumusețe, putere și fericire.

Mai bine o zi petrecută în contemplație,
Decât o sută de ani de răutate.

Mai bine o zi de reflectare,

Decât o sută de ani de ignoranță.

Mai bine o zi de hotărâre,
Decât o sută de ani de trândăvie.

Mai bine să trăiești o zi
Întrebându-te
Cum răsar și apun toate pe lumea asta.

Mai bine să trăiești o oră
Aflând
Unica viață adevărată.

Mai bine să trăiești o clipă
Trăind viața adevărată.

RĂUL ↑

Grăbește-te să faci bine.
Dacă ești încet,
Mintea, complăcându-se în stricăciune,
Te va prinde.

Alungă cele rele.
Iarăși și iarăși, alungă-le,
Înainte ca necazul să te ajungă.

Învață-ți inima către facerea de bine.
Învață-o neîncetat
Și te vei umple de bucurie.

Un prost este fericit
Până ce propria-i răutate se întoarce împotriva lui.
Un om bun poate suferi
Doar până ce bunătatea-i înflorește.

Nu lăsa frâu liber slăbiciunilor tale,
Spunând, "Ce-mi pot face ele mie?"
Picătură cu Picătură se umple ulciorul.
Așa și nerodul devine plin ochi de prostie.

Nu-ți minimiza virtuțile,

Spunând, "Ele nu înseamnă nimic."
Picătură cu Picătură se umple ulciorul.
Astfel Înțeleptul devine plin de merit.

După cum negustorul bogat împreună cu servitorii
Evită străzile periculoase,
Tot astfel și omul ce iubește viața, evită otrava,
Ferește-te de pericolul prostiei și răutății!

O mână sănătoasă poate mânui otrava.
Inocentul nu vine să facă rău.
Dar precum praful aruncat împotriva vântului,
Răutatea se întoarce lovindu-l în față
Pe necugetatul ce confundă puritatea cu murdăria.

Unii renasc în infern,
Alții în această lume,
Zei în paradis,
Dar cel pur nu mai renaște.

Nicăieri!
Nici în cer,
Nici în mijlocul mării,
Nici în vârful munților,
Nu te poți ascunde de propria ta răutate.

Nici în cer,
Nici în mijlocul mării,
Nici în vârful munților,
Niciunde,
Nu te poți ascunde de propria moarte.

VIOLENȚA ↑

Toate ființele tremură în fața violenței.
Toți se tem de moarte.
Toți iubesc viața.

Dacă te vezi pe tine în ceilalți.
Pe cine ai mai putea răni?
Ce rău ai mai putea face?

Cel ce caută fericirea,
Rănindu-i pe alții ce caută și ei fericirea,
N-o va găsi nicicând.

Căci fratele tău este asemenea ție.
Vrea să fie fericit.
Nu-l răni vreodată
Și când veți părăsi această viață
Amândoi veți găsi fericirea.

Niciodată nu rosti cuvinte aspre
Căci se vor îndrepta împotriva ta.
Cuvintele spuse la mânie rănesc,
Iar răul se întoarce.

Fii liniștit, fii tăcut,
Asemenea unui gong spart.
Cunoaște liniștea libertății
Unde nu mai există luptă.

Asemenea păstorului ce-și însoțește vitele în câmpie,
Bătrânețea și moartea te va însoți.

Nesăbuitul, în nebunia lui
Își aprinde focul
Care-l va arde într-o zi.

Cel ce-i face rău celui nevinovat,
Sau îl rănește pe inocent,
De zece ori va cade—
In durere sau necaz,
Jignire, boală, sau nebunie,
Persecuție, sau acuze,
Pierderea familiei, nenoroc.

Fulgere din cer îi vor lovi casa
Și când corpul îi va fi doborât la pământ,
Se va ridica în infern.

Acel ce merge gol,
Cu părul încleiat, împrăscat cu noroi,
Ce mănâncă și doarme pe pământul gol
Și își unge corpul cu cenușă
Și stă în permanentă meditație—

Atâta timp cât nu este liber de orice îndoială,
Nu va găsi Eliberarea.

Pe când cel ce trăiește curat și sigur pe sine,
În liniște și virtute,
Ce este fără necaz, ură, sau durere,
Chiar dacă îmbracă haine fine,
Dacă este un adevărat căutător,
Cu atât mai mare îi este credința.

Un cal de rasă nobilă și rară
Simte atingerea biciului.
Cine în această lume este fără pată?

Așa că asemenea unui cal nobil
Fii abil sub amenințarea biciului.
Arzi și fii chiar biciul!

Crede, meditează, privește.
Fii fără ură și răutate.
Menține Legea vie.
Și de întregul necaz, eliberează-te!

Fermierul își canalizează apa către pământul său.
Făurarul își cioplește săgețile.
Dulgherul își lucrează lemnul.
Iar Înteleptul este stăpân pe sine.

BĂTRÎNEȚEA ↑

Lumea este în flăcări!
Iar tu râzi?
Ești în întunericul cel mai adânc.
Oare nu vei cere lumină?

Căci ce este trupul—
O păpușă colorată, o jucărie,
Dezmembrat, bolnav și plin de iluzii,
O umbră schimbătoare ce dispare.

Cât de fragil este el!
Bolnăvicios și muritor,

Se îmbolnăvește, moare și se descompune.
Ca orice lucru viu,
În cele din urmă dispare.

Ce sunt aceste oase albicioase?
Carapacea găunoasă și pleava unei primăveri de mult apuse.
Iar tu râzi?

Tu ești o casă de oase,
Carne și sânge pentru tencuială.
Mândria sălășluiește în tine,
Precum și ipocrizia, decăderea și moartea.

Glorioasele care ale regelui sunt sfărâmate.
Așa și trupul se întoarce în țărână.
Spiritul Pur este neschimbător,
Acest lucru, cel pur îl face cunoscut celui de asemenea pur.

Omul ignorant este ca o vită.
El crește în dimensiune, nu și în înțelepciune.

"În zadar am căutat constructorul casei mele
Prin nenumăratele vieți.
Nu L-am putut găsi..."
Cât de dificil este să treci prin viață după viață!

"Dar acum pot să Te văd, O Făuritorule!
Și niciodată nu-mi vei mai construi o casă.
Am sfărâmat stâlpii de susținere,
Am dărâmat acoperișul,
Am alungat dorințele.
Iar acum mintea mea este liberă"

Nu este nici un pește în lac.
Cocostârcul își întinde gâtul, stând nemișcat în apă.

Supărat este omul care în tinerețea lui,
A trăit desfrânat și și-a risipit norocul—

Pală e strălucirea omului
Trist ca un arcuș rupt,
După ce toate acestea se nasc și trec în neființă.

SINELE ↑

Iubește-ți Sinele și veghează —
Azi, mâine, mereu.

În primul rând fii tu ferm pe Cale,
Apoi învață pe alții,
Astfel nimicești necazul.

Pentru a îndrepta ceea ce este strâmb
Trebuie mai întâi să faci un lucru greu de făcut.
Să te îndrepti pe tine însuși.

Tu ești propriul tău Stăpân.
Cine altcineva ar putea fi?
Fii propriul tău supus
Și descoperă-ți stăpânul.

Ți-ai hrănit cu încăpățănare
Propria-ți răutate.
Curând, acest lucru te va zdrobi,
Precum diamantul zdrobește piatra.

Prin propria-ți nesăbuiță,
Vei fi adus atât de jos,
Cum nici dușmanului tău nu i-ai dori.
Tot astfel și plantele agățătoare înăbușe copacii.

Cât de greu este să-ți fii supus,
Cât de ușor să te pierzi,
În răutate și prostie.

Trestia *Kashta* moare când rodește.
Așa și nesăbuitul,
Disprețuind învățăturile celor treji,
Refuzându-i pe cei ce urmează Legea,
Piere când prostia lui înflorește.

Răutatea este a ta.
Necazul este al tău.
Dar și virtutea este a ta,
Precum și puritatea.

Tu ești izvorul

Întregii purități și impurități.
Nimeni nu-l purifică pe celălalt.
Nu-ți neglija niciodată datoria
Față de altul,
Oricât de dificilă ar fi.
Datoria ta este să afli care ți-e datoria
Și apoi, să te dăruiești ei
Din toată inima.

LUMEA ↑

Nu trăi în lume,
Pentru distracții și vise iluzorii,
În afara legii.

Ridică-te și veghează.
Urmează Calea cu bucurie
Prin această lume și dincolo de ea.

Urmează drumul virtuții.
Urmează Calea cu bucurie
Prin această lume și dincolo de ea!

Consideră această lume—
O himeră, un miraj.
Privește lumea așa cum este cu adevărat
Și moartea te va ocoli.

Hai, începe să privești lumea
Ca pe un car frumos colorat pentru regi,
Ca pe o capcană pentru nesăbuiți.
Cel ce privește astfel, devine liber.

Precum luna se strecoară din spatele unui nor
Și strălucește,
Tot astfel Maestrul trece dincolo de propria-i ignoranță
Și strălucește.

Această lume este în beznă.

Cum ar putea niște simpli ochii să vadă?
Cum ar putea păsările
Ce scapă din laț, să zboare către ceruri?

Lebedele se ridică și zboară spre soare.
Ce magie!
Obține adevărata victorie asupra armatelor iluziei
Și ridică-te și zboară.

Dacă iei în zeflema *lumea cealaltă*
Și nu respecti Legea,
Dacă toate cuvintele tale sunt minciuni,
Unde se va sfârși necazul tău?

Nerozii nu fac elogiul dărniceii.
Zgârciții nu pot intra în rai.
Pe când Maestrul găsește bucurie în generozitate
Și fericire în propria-I răsplată.

Ba mai mult—
Mai mare decât orice bucurie
Din cer sau de pe pământ,
Mai mare chiar decât stăpânirea
Oricărei dintre lumi,
Este bucuria Intrării pe Cale.

ÎNVĂȚĂTORUL ↑

El este treaz.
El este victorios.
A cucerit lumea.

Cum ar putea El să piardă Calea,
El care este dincolo de orice Cale?
Ochii Lui sunt deschiși.
Pasul lui este liber.
Cine-L poate urma?

Lumea nu-i poate fi stăpână,
Și nu-L poate conduce după cum vrea ea,
Nici măcar capcana otrăvită a dorinței nu-L poate prinde.

El este treaz!
Zeii Îl invidiază.
El este treaz
Și găsește bucurie în liniștea meditației
Și dulceața renunțării.

Greu este să te naști,
Greu să trăiești,
Încă și mai greu este să ajungi să afli care este Calea.
Greu este să intri pe Cale, să o urmezi și să te trezești.

Totuși Învățătura este simplă.
Fă ceea ce este bine.
Fii pur.
La sfârșitul drumului te așteaptă libertatea.
Până atunci fii răbdător.

Dacă-l vei răni sau necăji pe un altul,
Înseamnă că nu ai învățat ce-i detașamentul.

Nu ofensa nici prin cuvinte, nici prin fapte.
Hrănește-te cu moderație.
Trăiește în Inimă.
Caută cele mai înălțătoare gânduri.

Fii stăpân pe tine, în conformitate cu Legea.
Aceasta este Învățătura simplă a Celor treji.

Poate ploua cu aur
Dar setea ta tot nu va fi potolită.
Dorința este de nepotolit,
Și ea sfârșește în lacrimi, chiar și în ceruri.

Acel ce dorește să se trezească,
Să-și distrugă dorințele
Bucurându-se.

Când e cuprins de frică, un om poate găsi un adăpost
În munți sau în păduri,
În crângul copacilor sacri, sau în mănăstiri.
Dar cum se poate ascunde el acolo de propria-i durere?

Acel ce-și găsește adăpost pe Cale
Și este însoțit de acei ce urmează Calea,

Ajunge să vadă Cele Patru Nobile Adevăruri.

Suferința,
Cauza suferinței,
Nobila Cale Octuplă
Și sfârșitul suferinței.

În cele din urmă el este salvat.
S-a scuturat de suferință.
Este liber.

Învățătorii adevărați sunt puțini și greu de găsit.
Fericită este casa unde intră un Învățător.

Binecuvântată este nașterea Lui.
Binecuvântată este învățătura Lui despre Cale.
Binecuvântată este Înțelegerea printre cei ce urmează Calea,
Și Binecuvântată este hotărârea lor.

Și binecuvântați sunt cei ce-L venerază
Pe omul ce se trezește și urmează Calea.

Ei sunt liberi de orice teamă,
Ei sunt cu adevărat liberi.

Ei au trecut dincolo de râul suferinței.

BUCURIA ↑

Trăiește în bucurie
Și iubire,
Chiar și printre cei plini de ură.

Trăiește cu bucurie,
Și sănătate,
Chiar și printre cei necăjiți.

Trăiește în bucurie
Și pace,
Chiar și printre cei tulburați

Trăiește în bucurie,

Fără atașament,
Precum Cel Sublim.

Biruatorul seamănă ură
Căci cel ce pierde suferă.
Lasă la o parte câștigul și pierderea
Și găsește bucuria.

Nu-i foc mai mare ca pasiunea,
Nici o faptă rea nu-i ca ura,
Nici un necaz, precum despărțirea,
Nici o boală, precum pofta,
Și nici o bucurie, precum bucuria Eliberării.

Sănătatea, mulțumirea și încrederea
Sunt posesiunile tale cele mai valoroase,
Iar libertatea este cea mai mare bucurie a ta.

Privește în interior.
Fii liniștit.
Liber de orice frică sau atașament,
Cunoaște dulcea bucurie a Căii.

Cât de plăcut este să privești la Cei Nobili
Și să fii în compania celor Înțelepți.

Cât de lung este drumul celui
Ce călătorește cu un necugetat.
Dar oricine îi urmează pe cei ce urmează Calea
Își descoperă propria familie și se umple de bucurie.

Așa că urmează-L pe Cel Strălucitor,
Pe Cel Înțelept, pe Cel Treaz, pe Cel Iubitor,
Căci Ei știu cum să acționezi și cum să nu acționezi.

Urmează-I
Așa cum luna urmează drumul stelelor.

PLĂCEREA ↑

Nu lăsa plăcerea să-ți distragă atenția

De la meditație, de la Cale.

Eliberează-te de plăcere și durere.
Căci în dorul de plăceri sau în durere
Există numai suferință.

Nu îndrăgi nimic, ca nu cumva să-l pierzi,
Ca nu cumva să-ți aducă neazuri și teamă.
Treci dincolo de plăcut și neplăcut.

Din pasiune și dorință,
Senzualitate și voluptate,
Răsare neazul și frica,
Eliberează-te de orice atașament!

Maestrul este pur și are ochii deschiși.
El spune numai adevărul și trăiește în adevăr.
El face mereu ce are de făcut.
De aceea este admirat și iubit.

Cu o minte hotărâtă și o inimă lipsită de dorință,
Tânjește după libertate.
I se spune *uddhamsoto*—
"Cel ce merge contra curentului."

Când un călător ajunge în cele din urmă acasă
Dintr-o călătorie îndepărtată,
Cu câtă bucurie
Îl primește familia și prietenii!

Faptele tale bune
Te vor întâmpina ca pe un prieten.
Și cu câtă bucurie
Când vei trece din lumea asta în cea viitoare.

MÂNIA ↑

Alungă mânia.
Alungă mândria.
Când nu ești înlănțuit de nimic
Treci dincolo de suferință.

Mânia este asemenea unui car ce gonește sălbatic.
Cel ce-și înfrânează mânia este adevăratul conducător de car.
Ceilalți țin doar hățurile.

Cu blândețea învingi mânia.
Cu generozitatea învingi zgârcenia.
Cu adevărul învingi minciuna.

Cuvântează numai în adevăr.
Dăruiește ce poți,
Să nu ai ură vreodată.
Acești trei pași te vor duce
În Prezența Divinității.

Înțeleptul nu amărăște pe nimeni.
El este stăpânul propriului corp
Și merge către tărâmul ne înlănțuirii.
El trece dincolo de suferință.

Acel ce caută perfecțiunea,
Să-și păstreze atenția mereu trează
Zi și noapte,
Până ce dorința va dispărea.

Ascultă, Atula. Nu este ceva nou,
Este o veche zicală—
"Ei te condamnă când nu vorbești deloc,
Te condamnă și când vorbești prea mult
Și când vorbești prea puțin."
Orice ai face, te vor acuza.

Lumea mereu găsește
O cale prin care să te laude și una prin care să te blameze.
Și acum și pe viitor.

Dar cine îndrăznește să acuze pe Omul
A cărui înțelepciune este mereu lăudată,
A cărui viață este virtuoasă și înțeleaptă,
A cărui Strălucire este asemenea aurului pur?

Chiar și zeii Îl admiră.
Chiar și Brahma.

Păzește-te de mânia corpului.

Stăpânește-ți corpul.
Fă-l să servească adevărului.

Ferește-te de mânia gurii.
Stăpânește-ți cuvintele
Lasă-le să servească adevărului.

Păzește-te de mânia minții.
Stăpânește-ți gândurile.
Îndeamnă-le să servească adevărului.

Înțeleptul este stăpân pe
Corp, cuvânt și minte.

El este Adevăratul Maestru.

IMPURITATEA ↑

Tu ești ca o frunză galbenă.
Mesagerii morții te așteaptă.
Ești gata să călătorești foarte departe.
Ce vei lua cu tine?

Tu ești lampa
Ce luminează drumul.
Așa că grăbește-te.

Când lumina ta strălucește
Fără impuritate sau dorință,
Vei veni în țărâmul libertății.

Viața ta este gata să treacă.
Moartea te așteaptă.

Unde te vei odihni în drum?
Ce ai luat cu tine?

Tu ești lampa
Ce luminează drumul.
Așa că grăbește-te.

Când lumina ta strălucește în puritate

Nu te vei mai naște
Și nu vei mai muri.

Asemenea argintarului ce separă țărâna de argint,
Îndepărtează-ți propriile impurități
Puțin câte puțin.

Dacă nu, asemenea fierului mâncat de rugină
Propriile tale răutăți te vor devora.

Neglijate, sacrele versuri se pierd.
Căci frumusețea trece dacă nu este întreținută,
O casă neîngrijită sfârșește în ruină,
Iar o privire, dacă nu este vigilentă, dă greș.

În această lume și în cea viitoare
Există tot felul de impurități:
Când o femeie își pierde demnitatea,
Când un bărbat își pierde generozitatea.

Dar cea mai mare impuritate este ignoranța.
Eliberează-te de ea.
Fii pur.

Viața este ușoară
Pentru cel fără rușine,
Obraznic precum o cioară,
Un bârfitor răutăcios,
Încrezut, băgăreț, destrăbălat.

Viața este grea
Pentru omul ce neștiut încearcă
Calea perfecțiunii,
Cu puritate, detașament și energie.

Dacă ucizi, minți sau furi,
Comiți adulter, sau ai patima băuturii,
Îți sapi propriile rădăcini.

Și dacă nu te poți stăpâni,
Răul pe care-l faci, se întoarce împotriva ta
Într-un mod cumplit.

Poți dărui în spiritul luminii

Sau după cum dorești,
Dar dacă ții socoteala altuia, cum dăruiește,
Sau dacă dăruiește,
În cele din urmă îți vei tulbura liniștea.

Acestea sunt rădăcinile invidiei!
Distruge-le
Și bucură-te într-o permanentă pace.

Nu există foc mai mare ca cel al pasiunii,
Nu există înlănțuire mai mare ca ura.
Iluzia este o capcană,
Dorința un râu învolburat.

Cât de ușor este să observi greșelile fratelui tău,
Cât de greu să dai piept cu tine însu-ți.
Strigi în gura mare greșelile altuia,
Dar le ascunzi pe ale tale,
Ca un pungaș ce-și acoperă o lovitură nereușită.

Insistând asupra greșelilor fratelui tău,
Înmulțindu-le pe ale tale,
Ești foarte departe de finalul călătoriei.

Drumul nu este prin în cer.
Calea este în inima ta.

Dar *tathagathas*,
"Cei ce au trecut dincolo,"
Au cucerit lumea.
Sun liberi.

Drumul nu este prin în cer.
Calea este în inima ta.

Toate lucrurile se nasc și mor.
Doar Cel Treaz, rămâne treaz pe vecie.

OMUL DREPT ↑

Dacă-ți stabilești ce ai de făcut
Forțând lucrurile sau grăbindu-le,

Ratezi Calea Legii.

Cântărește în liniște
Ce este corect și ce nu.
Primește toate părerile cu egalitate de spirit,
Fără a te pripă, cu înțelepciune,
Respectă Legea.

Cine este înțelept,
Omul elocvent sau cel liniștit?
Fii liniștit,
Iubitor și neînfricat.

Trăncăne cu mintea.
Și prin corp cunoaște.
Căci părul alb nu-l face pe un om maestru.
Un om poate îmbătrâni în zadar.

Adevăratul Maestru trăiește în adevăr,
În bunătate și stăpânire,
Nonviolență, moderație și puritate.

Cuvintele delicate sau trăsăturile fine
Nu pot face pe cineva maestru,
Dar îl pot face gelos și lacom.

Doar când invidia și egoismul
Sunt dezlădăcinate din el,
Poate crește frumusețea .

Un om își poate rade părul
Dar continuând să mintă, să-și neglijeze munca,
Dacă nu renunță la dorință și atașament,
Cum poate urma el Calea?

Adevăratul căutător
Își înfrânge toată răutatea.
El și-a supus propria natură unui caracter pașnic.

El este un adevărat căutător,
Nu datorită faptului că se roagă,
Ci pentru că urmează Calea Legii Adevărate,
Nu are și nu aderă către nici o proprietate,
Este dincolo de bine și rău,

Dincolo de corp și minte.

Simpla tăcere, nu poate feri un om de ignoranță.

Dar cel ce pune la loc de frunte puritatea,
Cel ce vede natura celor două lumi,
Acela este un Maestru.

El nu rănește nici o ființă.

Și totuși încă nu există ceva
Care să te ajute pe Cale,
Nici ritualul, nici cărți de învățătură,
Nici întoarcerea atenției către sine,
Nici meditația adâncă.
Nimic din toate astea nu-ți poate conferi stăpânire sau bucurie.

O, căutătorule!
Nu te bizui pe nimic
Până ce nu vei ajunge să nu mai dorești nimic.

CALEA ↑

Adevărata Cale este Nobila Cale Octuplă.
Există Patru Nobile Adevăruri.
Toate virtuțile constau în detașare.
Maestrul are ochii deschiși.

Aceasta este singura Cale,
Singura Cale ce-ți deschide ochii.
Urmeaz-o!
Păcălește dorința.

Urmează Calea până la sfârșitul suferinței.

Când îndepărtez spinii suferinței
Îți arăt de fapt Calea.
Tu ești cel ce trebuie să depui efortul.
Maestrul doar te îndrumă pe Cale.

Numai dacă meditezi
Și urmezi Legea,

Te vei elibera de dorință.

"Toate se nasc și mor."
Când înțelegi asta, ești deasupra suferinței.
Aceasta este Calea Strălucitoare.

"Existența înseamnă suferință."
Înțelege asta și treci dincolo de suferință.
Aceasta este Calea Luminii.

"Existența înseamnă iluzie."
Înțelege asta și treci dincolo,
Aceasta este Calea Clarității.

Ești puternic și tânăr.
Este timpul să te ridici.
Așa că ridică-te!
Ca nu cumva prin șovăială și trândăvie
Să ratezi Calea.

Stăpânește-ți vorbele.
Stăpânește-ți gândurile.
Niciodată nu-i permite corpului să facă rău.
Urmează aceste trei drumuri cu puritate
Și te vei regăsi pe tine însuși deasupra Unicei Căi,
Calea Înțelepciunii.

Trăiește în lume, Trăiește în întuneric.
Trăiește în meditație, Trăiește în lumină.
Alege unde să trăiești.
Lasă Înțelepciunea să crească.

Taie pădurea,
Nu și copacii.
Pădurea naște frică.
Doboară pădurea.
Doboară dorința.
Fii liber.

Când un bărbat dorește o femeie,
Mintea lui este legată,
La fel cum a unui vițel este legată de mama lui.

Smulge săgețile dorinței,

Precum ai smulge florile de liliac tomnatice.

Cel Treaz
Îți arată Calea Păcii.
Dăruiește-te Călătoriei.

"Aici îmi voi face adăpost,
Pentru vară și iarnă,
Și pentru anotimpul ploios."
Așa își face planuri nesăbuitul,
Ne acordând nici măcar un gând morții.

Moartea-l prinde pe cel
Ce, zăpăcit și distras de lume,
Se îngrijește doar de turma și copii săi.
Moartea-l duce departe
Precum potopul ce răpește satul adormit.

Familia nu-l poate salva,
Nici tatăl, nici fii lui.

Cunoaște acest lucru.
Caută înțelepciunea și puritatea.
Cât mai repede limpezește-ți Calea.

LA MARGINEA PĂDURII ↑

Există plăcere
Și există extaz.
Uit-o pe prima în favoarea celei de-a doua.

Dacă ești fericit
În dauna fericirii unui alt om,
Ești pe veci înlănțuit.

Nu faci ce-ar trebui.
Faci ce n-ar trebui.
Ești nechibzuit și dorința crește.

Maestrul este Treaz.
Își supraveghează corpul.
În tot ce face discerne,

Și devine pur.

Este fără vină
Deși vreodată poate că și-a distrus
Mama și Tatăl,
Doi regi, un regat și tot ce era în el.

Deși regii erau sfinți,
Iar locuitorii regatului erau virtuoși,
Maestrul rămâne tot fără vină.

Cei ce-L urmează pe Cel Treaz
Sunt treji
Și zi și noapte ei veghează
Și meditează la Maestrul lor.

Pe veci treji
Ei păzesc Legea.

Ei știu care le sunt frații pe Cale.

Ei înțeleg misterul trupului.

Ei găsesc bucurie în toate ființele.

Ei se desfată în meditație.

Este greu să trăiești în lume,
Dar este greu să trăiești și în afara ei.
Este dificil să fii singur printre cei mulți.

Cât de lung este drumul pentru călătorul
Ce rătăcește prin nenumăratele vieți!

Lasă-l să se odihnească.
Lasă-l fără să sufere.
Lasă-l fără să cadă în suferință.

Dacă este un om bun,
Un om credincios, onorabil și prosper,
Oriunde ar merge este bine primit.

Asemenea muntelui Himalaya
Oamenii buni strălucesc de la distanță.

Pe când oamenii răi se mișcă nevăzuți
Asemenea săgeților în noapte.

Stai.
Odihnește-te.
Muncește.

Singur cu tine însuți,
Neobosit.

La marginea pădurii
Trăiește-n bucurie,
Fără dorință.

ÎNTUNERICUL ↑

Unii oameni refuză adevărul.
Alții își neagă propriile fapte.
Aceștia merg spre întuneric,
Iar pe lumea cealaltă suferă,
Căci ei greșesc față de adevăr.

Îmbracă roba galbenă.
Dar, dacă ești nepăsător,
Vei cădea în cel mai adânc întuneric.

Dacă ești nechibzuit,
Mai bine înghiți oțel topit,
Decât să mănânci bunătățile de zi cu zi.

Dacă poftești la femeia altui bărbat,
Riști să intri în necaz.
Liniștea ta se va duce.
Îți vei pierde onoarea.
Vei cădea în întuneric.

Mergând împotriva Legii,
Mergi către întuneric.
Plăcerile tale sfârșesc în teamă,
Iar pedeapsa Regelui este aspră

După cum un fir de iarbă ținut cu stângăcie,

Îți poate tăia mâna,
Tot astfel și renunțarea te poate duce către întuneric.

Căci, dacă în renunțarea ta,
Ești necugetat și nu-ți ții legământul,
Dacă hotărârea ta se clatină.
Nu vei găsi lumina.

Fă ceea ce ai de făcut,
Cu fermitate, din toată inima ta,
Călătorul ce ezită,
Stârnește doar praful drumului.

Mai bine nu faci nimic,
Decât să faci ceea ce este greșit.
Pentru că orice ai face, faci pentru tine.

Asemenea unui oraș de graniță bine păzit,
Păzește-te și tu din interior și exterior.
Nu lăsa nici măcar o clipă să treacă,
Ca nu cumva să cazi în întuneric.

Simte rușinea acolo unde ea există,
Frica doar în ceea ce este înfricoșător.
Vezi răutatea doar în ceea ce este demonic.
Ca nu cumva să greșești Adevărata Cale
Și să cazi în întuneric.

Vezi ceea ce este.
Vezi ceea ce nu este.
Urmează Adevărata Cale.
Ridică-te!

ELEFANTUL ↑

Voi îndura cuvinte grele,
Așa cum elefantul îndură săgețile bătăliei.
Căci mulți oameni vorbesc cu răutate.

Elefantul îmblânzit merge la luptă.
Regele îl călărește.
Omul supus este Stăpânul.

El poate îndura cuvinte grele fără să se tulbure.

Decât un catâr,
Sau minunații cai Sindh,
Decât strașnicii elefanți de luptă,
Mai bine omul ce se poate stăpâni pe sine.

Nu călare pe aceste animale,
Va ajunge cineva în ținutul neumblat,
Ci doar prin sine însuși.

Strașnicul elefant Dhanapalaka,
Este sălbatic în perioada împerecherii,
Iar dacă este înlănțuit nu va mânca,
Amintindu-și de pădurea liberă.

Nesăbuitul este trândav.
El mestecă și se răsuțește în somn,
Asemenea unui porc în cocină.
Așa va trăi viață după viață.

"Mintea mea obișnuia să hălăduiască,
Oriunde plăcerea, dorința sau pofta o călăuzeau.
Dar acum am îmblânzit-o,
O ghidez,
Așa cum cornacul își strunește elefantul."

Fii vigilent.
Fii martorul propriilor gânduri.
Elefantul singur se trage din noroi.
În același mod salvează-te singur din propria-ți trândăvie.

Dacă cel ce călătorește poate găsi
O companie virtuoasă și înțeleaptă,
Este bine să călătorească împreună cu bucurie
Și să treacă peste pericolele întâlnite.

Dar dacă tu nu poți găsi,
Un prieten sau un Maestru care să te însoțească,
Pleacă la drum singur—
Asemenea unui rege ce a renunțat la regatul său,
Asemenea elefantului din pădure.

Călătorește singur,

Evită compania unui nesăbuit.
Nu lua cu tine și propriile-ți nelegiuiri.
Nu-ți căra și grijile.

Călătorește singur,
Asemenea unui elefant prin pădure.

Este bine să ai prieteni la nevoie
Și să împărtășești fericirea cu ei.
Este bine să fi făcut ceva bun
Înainte de a părăsi această lume
Și să lași necazul la o parte.

Este bine să fii mamă,
Sau tată.
Este bine să rezști dificultăților
Și să fii stăpân pe tine.

Oh, cât de bine este să te bucuri de viață,
Trăind cu onestitate și putere!

Iar înțelepciunea înseamnă fericire
Și libertate.

DORINȚA ↑

Dacă dormitezi
Dorința crește în tine,
Asemenea lianelor în pădure.

Asemenea unei maimuțe în pădure,
Sari din copac în copac,
Ne găsind vreodată fructul—
Dintr-o viață în alta,
Ne găsind vreodată pacea.

Dacă ești plin de dorință
Necazul tău crește,
Asemenea ciupercilor după ploaie.

Dacă îți înfrângi dorința,

Necazurile vor aluneca de pe tine,
Cum picăturile de apă alunecă de pe floarea de lotus.

Acesta este un sfat bun
Și este pentru oricine:
După cum iarba este smulsă din rădăcină ,
Seceră dorința,
Ca nu cumva nenumăratele morți, să te zdrobească,
Asemenea râului ce zdrobește stufărișul neajutorat.

Dacă rădăcina rămâne,
Un trainic copac va crește iarăși.
Dacă dorința nu este dezrădăcinată,
Suferința va crește din nou în tine.

Treizeci și șase de tendințe se reped înaintea ta!
Dorința, plăcerea, pofta...
Joacă-te cu toate acestea în imaginația ta,
Și te vor mătura.

Puternice tendințe!
Ele curg pretutindeni.

Puternice liane!
Dacă le vezi răsărind,
Ai grijă!
Smulge-le din rădăcină.

Plăcerile curg pretutindeni.
Tu plutești pe ele
Și te însoțesc din viață în viață.

Alergi ca un iepure de câmp hăituit,
Vânatul urmărit de dorință,
Hăituit din viață în viață.

O, căutătorule!
Renunță la dorință.
Scutură-te de lanțurile ei.

Ai să ieși din neclaritate
Către limpezime.
Limpezimea este bună.

De ce să alergi înapoi în neclaritate?

Dorința este ca o nebuloasă,
Iar oamenii spun, "Priviți!
Era liber.

Dar acum a renunțat la libertatea lui."

Nu există fier care să te poată întemnița,
Nici funie sau lemn,
Dar o poate face plăcerea
De a avea aur sau bijuterii,
Neveste sau fii.

Slabe legături,
Dar te trag în jos.
Oare le poți desface?

Există unii care pot,
Cei ce au învins lumea.
Părăsește dorința, urmează Calea!

O, sclav al dorinței,
Plutești dus de curent.
Mic păianjen, prins în propria-ți plasă.
Mai bine alungă-ți suferința prin a urma Calea.

Alungă ziua de ieri, de mâine
Și de azi.
Treci pe celălalt mal,
Dincolo de viață și moarte.

Îți fac necazuri propriile-ți gânduri?
Patima îți face probleme?
Păzește-te de pofte,
Ca nu cumva voile tale să devină dorințe
Și dorința să te lege.

Liniștește-ți mintea.
Reflectează.
Veghează.
Nimic nu te leagă.
Ești liber.

Ești puternic.

Ai ajuns la țintă.
Liber de pasiune și dorință,
Ai smuls spinii existenței.
Acesta este ultima ta reîncarnare.

Ești înțelept.
Liber de orice dorință,
Înțelegi cuvintele
Și sensul pe care-l capătă când sunt puse laolaltă.
Iar tu nu dorești nimic.

"Eu sunt Biruința,
Eu sunt Cunoașterea,
Toată Puritatea
Și Renunțarea".

"Nu doresc nimic.
Sunt liber.
Mi-am găsit Calea.
Pe cine voi numi Învățător?"

Darul Adevărului este dincolo de dărnicie.
Gustul Adevărului este mai presus de orice dulceață,
Bucuria Adevărului, mai presus de orice bucurie.

Sfârșitul dorinței este sfârșitul suferinței.

Nechibzuitul este propriul său dușman.
Căutând avere, se distruge singur.

Caută mai degrabă celălalt mal.

Buruienile înăbușe câmpul.
Și pasiunea otrăvește natura umană,
Și ura, iluzia și dorința.

Onorează-l pe cel ce este fără patimă,
Fără ură, iluzie și dorință.

Ceea ce-i dăruiești unui astfel de om,
Îți dăruiești ție,
Ba chiar mai mult.

CĂUTĂTORUL ↑

Stăpânește-ți simțurile,
Ceea ce guști și miroși,
Ceea ce vezi, ceea ce auzi.

În toate lucrurile fii un Maestru,
În ceea ce faci, ce zici, ce gândești.
Fii liber.

Ești un căutător.
Te desfeți lăuntric, căci îți stăpânești
Mâinile, pașii,
Cuvintele și gândurile.

Te desfeți în meditație
Și solitudine.
Împacă-te cu tine însuși, fii fericit.
Tu ești un căutător.

Ține-ți gura.
Nu te slăvi singur,
Dar luminează Calea,
Căci ceea ce spui este dulce.

Urmează Adevărul Căii.
Reflectă asupra lui.
Fă-l sa fie una cu tine.
Trăiește-l.
El mereu îți va fi sprijin.

Nu disprețui ce ai primit,
Nu invidia ce au primit alții,
Ca nu cumva să-ți tulburi liniștea.

Mulțumește
Pentru ce ți-a fost dăruit,
Oricât de puțin.
Fii pur, niciodată șovăielnic.

Nu ai nici nume nici formă.
De ce îți lipsește ceea ce nu ai?
Căutătorul nu are regrete.

Iubește și bucură-te
Urmează Calea,
Calea liniștită, către tărâmul fericirii.

Căutătorule!
Golește vasul,
Ușurează încărcătura,
Pasiunea, dorința, ura.

Și navighează repede.

Există cinci la ușă,
Le dai la o parte și mai găsești cinci,
Mai sunt alte cinci pe care le poștești să intre.
Iar când alte cinci* au plecat
Eșuând pe țarm,
Căutătorul este numit *oghatinnoti*—
"Cel ce a trecut dincolo."

Căutătorule!
Nu fi nechibzuit.
Meditează permanent.
Dacă nu, vei înghiți foc
Țipând: "Nu mai vreau!"

Dacă nu ești chibzuit,
Cum îți poți liniști mintea?
Dacă nu ai mintea liniștită,
Ce vei putea învăța vreodată?
Cum vei deveni liber?

Cu o minte liniștită
Intră în lăcașul singuratic, inima ta,
Și simte bucuria Căii
De dincolo de lume.

Privește în interior—
Originea înălțării și decăderii
Ce fericire!
Cât de minunat să fii liber!

Este începutul vieții,
A stăpânirii și răbdării,
Este începutul prieteniei pe Cale,

Și a unei vieți active și pure.

Trăiește în Iubire.
Fă-ți datoria,
Pune capăt suferinței.

Privește cum iasomia
Își scutură florile ofilite.

Lasă să cadă dorința și ura.

Ești liniștit?
Potolește-ți corpul.
Potolește-ți mintea.

Nu dori nimic.
Cuvintele tale sunt cu măsură.
Ești liniștit.

Prin propriul efort
Trezește-te, Veghează.
Și bucură-te de viață.

Tu ești Maestrul,
Tu ești refugiul.
Așa cum un negustor strunește un cal de rasă,
Stăpânește-te pe tine însuși.

Cu câtă bucurie urmezi
Sfaturile unui Învățător.

Cu câtă liniște și siguranță
Te apropii de ținutul fericirii,
Inima Păcii.

Pururea tânăr,
Căutătorul ce a străbătut Calea,
Luminează deasupra întregii lumi.

Asemenea lunii,
Iese din nori,
Strălucește.

ADEVĂRATUL MAESTRU ↑

Fără dorință,
Din toată inima ta
Oprește șuvoiul.

Când lumea se dizolvă
Totul devine clar.

Treci dincolo
Pe un drum sau altul,
Către țărmul îndepărtat,
Acolo unde lumea se dizolva
Și totul devine clar.

Dincolo de acest țărm,
Dincolo de celălalt țărm,
Dincolo de orice,
Unde nu există început,
Și nici sfârșit.

Mergi, fără frică!

Meditează.
Trăiește în puritate.
Fii tăcut.
Fă-ți datoria, cu răspundere.

Zilnic soarele strălucește,
Și războinicul în armura lui strălucește.
Noaptea luna strălucește,
Iar Maestrul strălucește în meditație.

Dar Cel ce este Treaz, (Buddha)
Strălucește în lumina spiritului,
Zi și noapte.

Un Maestru renunță la răutate.
El este senin.
Lasă totul în urmă.

El nu este ofensat
Și nici nu jignește pe cineva.

Niciodată nu răspunde cu răutate răutății.

Vai de cel
Ce ridică mâna asupra altuia,
Și cu atât mai rău
Pentru cel ce se răzbună.

Rezistă plăcerilor lumești
Și impulsului de a răni—
Până ce suferința dispare.

Niciodată nu aduce ofensă
Prin ceea ce gândești, spui sau faci.

Slăvește-L pe Cel Treaz,
Ce-ți arată Calea.
Onorează focul sacrificiului Său.

Părul împletit, sau familia, sau casta
Nu fac din El un Maestru.
Ci adevărul și bunătatea,
Cu care este binecuvântat.

Părul tău este încurcat
Și stai pe o piele fină de căprioară.
Ce prostie!
Când în interior tu ești înăsprit de poftă.

Hainele Maestrului sunt zdrențuite.
Venele-i sunt ieșite pe tot corpul,
Emaciat,
Singur în pădure
El stă și meditează.

Un om nu se naște stăpân pe sine.
Un Maestru nu este niciodată mândru.
El nu-i bârfește pe alții.
Ne mărturisind nimic, ne lipsindu-i nimic.

El este fără teamă.
Nu tremură.
Nimic nu-L leagă,
Este liber în mod desăvârșit.

Astfel, taie
Cureaua(ura), chinga(lăcomia) și frânghia(falsa învățătură).
Slăbește legăturile.
Deschide ușa somnului
Și trezește-te.

Maestrul îndură
Insulte și tratamentul necorespunzător,
Fără a reacționa.
Căci spiritul Lui este o armă.

Nu este vreodată mânios.
Își respectă promisiunile.
Nu este confuz, este hotărât.
"Acesta este ultima mea naștere!", spune El!

Apa nu stă pe frunza florii de lotus,
Nici sămânța de muștar în vârful unui ac.
Dar El este neclintit.
Căci El a ajuns la sfârșitul suferinței
Și și-a aruncat povara.

El privește adânc în ordinea lucrurilor
Și le cunoaște natura.
Știe să discernă
Și astfel ajunge la capătul drumului.

Nu zăbovește
Cu cei ce au o casă,
Nici cu cei fără adăpost.
Nu așteaptă ceva,
Călătorește singur.

Nu rănește pe nimeni.
Nu ucide vreodată.

El trece cu dragoste printre cei fără dragoste,
Cu pace și detașament
Printre calici și mofturoși.

Răutatea cade de pe El,
Asemenea seminței de muștar din vârful unui ac,
La fel și pofta, ipocrizia, mândria.

Nu aduce prejudicii nimănui.
Chiar dacă spune adevărul.
Cuvintele lui sunt curate,
Niciodată aspre.

Orice nu-I aparține
Refuză,
Bun sau rău, mare sau mic.

Nu dorește nimic de la lumea asta
Și nici de la cea viitoare.
Este liber!

Fără dorință, fără îndoială,
Mai presus de judecată și necaz,
Mai presus de plăcerea simțurilor,
A trecut dincolo de timp.
Este pur și liber.

Cât de curat este EL.
Este luna clară.
Este serenitatea.
Este strălucirea.

Căci a depășit
Viața după viață,
Drumul murdar și înșelător al iluziei.

Nu tremură,
Nu are inima strânsă, nu este ezitant.
A găsit Pacea.

Cu calm
Părăsește viața,
Casa, plăcerea și dorința.

Nici un om nu-L poate reține.
Nici un zeu.
Nimic din toată această creație, nu-L poate reține.

Dorința l-a părăsit,
Niciodată nu se va mai întoarce,
Suferința l-a părăsit,

Niciodată nu se va mai întoarce.

Este calm.
Sămânța renașterii din EL
A murit.
A cucerit toate lumile interioare.

Cu ochii nepărtinitori
Privește pretutindeni
Suișurile și coborâșurile.

Și cu mare bucurie
Realizează că a terminat.
S-a trezit din somn.

Iar Calea pe care a apucat
Este ascunsă oamenilor,
Este ascunsă chiar și spiritelor și zeilor,
Prin virtutea purității Lui.

În El nu mai există ziua de ieri,
Nici mâine,
Nici azi.

Nu posedă nimic,
Nu dorește nimic.

Este plin de putere.
Neînfricat, înțelept, slăvit.
A supus toate lucrurile.
Privește prin virtutea propriei purități.

A ajuns la finalul drumului,
A trecut de râul nenumăratelor vieți,
Nenumăratelor morți.

Dincolo de suferința iadului,
Dincolo de marea bucurie a paradisiului,
Prin virtutea propriei purități.

A ajuns la sfârșitul drumului.

Tot ce-a avut de făcut, a făcut.

Și acum este UNU-L.

Cuprins:

Cuprins

CUVINTELE LUI BUDDHA	1
ALEGERILE	1
VEGHEA	3
MINTEA	4
FLORILE	6
NESĂBUITUL	8
ÎNȚELEPTUL	9
MAESTRUL	11
MIILE	13
RĂUL	14
VIOLENȚA	15
BĂTRÎNEȚEA	17
SINELE	19
LUMEA	20
ÎNVĂȚĂTORUL	21
BUCURIA	23
PLĂCEREA	24
MÂNIA	25
IMPURITATEA	27
OMUL DREPT	29
CALEA	31
LA MARGINEA PĂDURII	33
ÎNTUNERICUL	35
ELEFANTUL	36
DORINȚA	38
CĂUTĂTORUL	42
ADEVĂRATUL MAESTRU	45

